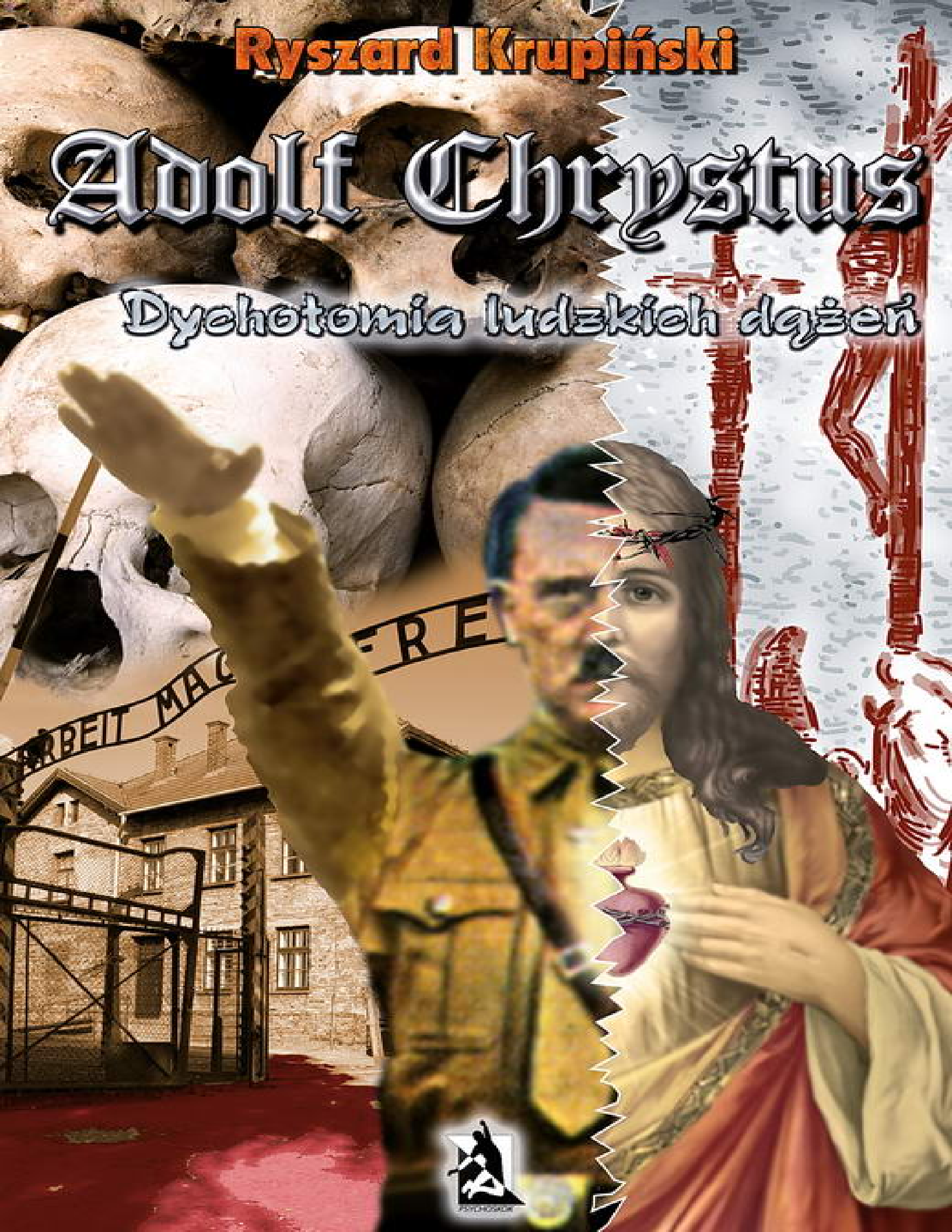
Ryszard Krupiński

Adolf Chrystus

Dychotomia ludzkich dążeń



Plik jest zabezpieczony znakiem wodnym

Ryszard Krupiński

Adolf Chrystus

Dychotomia ludzkich dążeń

© Copyright by Ryszard Krupiński, 2012
© Copyright by Wydawnictwo Psychoskok, 2012

Wszelkie prawa zastrzeżone.
Żaden fragment nie może być publikowany ani reprodukowany bez pisemnej zgody wydawcy.

Skład i projekt okładki: Wydawnictwo Psychoskok

ISBN: 978-83-63548-23-0

Wydawnictwo Psychoskok
ul. Chopina 9, pok. 23
62-507 Konin
tel. (63) 242 02 02
http://wydawnictwo.psychoskok.pl
e-mail: wydawnictwo@psychoskok.pl

Konwersja e-book: witanet@wp.pl

Paradoks egzystencji ludzkiej tkwi w tym, że człowiek jest istotą realną, a ciągle wybiega w świat marzeń i utopii; jest istotą społeczną, a hoduje w sobie zachowania anarchistyczne; ceni wartości moralne i religijne, a stale buntuje się przeciwko nim; mówi o ideałach prawdy sprawiedliwości i miłości, a w praktyce często idzie za fałszem, kieruje się niesprawiedliwością, nieuczciwością.

Ks. prof. Czesław M. Cekiera

Słowo wstępne

Miło mi oddać w ręce Czytelników kolejną książkę, którą zapowiadałem w roku ubiegłym. Stanowi ona zbiór refleksji i rozważań dotyczących rozwoju człowieka w najbardziej fundamentalnych obszarach życia. Zasadniczą treścią są dychotomie i kontrasty tkwiące w ludzkiej naturze, w szczególności oscylujące wokół osi miłość-nienawiść, być-mieć, pycha-pokora, siła-słabość, sukces-porażka, wiara-ateizm, początek-koniec. Wnioski i argumenty zaprezentowane przez Autora jako własne wsparte zostały specjalistyczną literaturą z zakresu psychologii, wzbogacając treść o migawki i odsłony niezwykle interesujących teorii. Publikacja ta stanowi kontynuację i pogłębienie zagadnień wcześniejszych książek, z tą różnicą, że obecna pozycja koncentruje się głównie na mechanice i dynamice ludzkich dążeń.

Nieco kontrowersyjny wydaje się być tytuł oraz projekt okładki. Niektórzy mogą nawet poczynić zarzuty o obrazoburstwo, lecz zamysł taki jest celowy i merytorycznie uzasadniony. Człowiek to złożony amalgamat wielu elementów składowych, w tym tych pozornie wykluczających się. Adolf Hitler to obraz wcielonego zła, nienawiści, śmierci, pogardy dla ludzkiego życia, podczas gdy Jezus Chrystus stanowi absolutne i totalne tego przeciwieństwo – to symbol miłości, ofiarnego poświęcenia i posłuszeństwa w wierze. I mimo że oboje reprezentują ekstremalnie przeciwległe obozy, to są oni realną lub potencjalną częścią psychiki każdego z nas.

Zapraszam Czytelników do refleksji nad biologią i psychodynamiką natury ludzkiej. Nie skrywam nadziei, że niektórzy mogą odnaleźć w tej książce coś więcej niż wiedzę i spojrzą na siebie rzetelnym i uczciwym okiem, co z pewnością przyczyni się do poprawy jakości ich życia. Jestem też otwarty na dyskusje i polemiki z Państwem – krupinski@psychoskok.pl .

Z nieskrywaną wdzięcznością dziękuję mojej koleżance, współpracowniczce i współautorce naszej poprzedniej publikacji („Słownik psychologiczny. Leksykon ludzkich zachowań”) – Agacie

Jankowiak. W trakcie pisania obecnej książki uwzględniłem wiele jej pomysłów, uwag i sugestii, zarówno przyjemnych dla ucha, jak i krytycznych.

Rozdział I: Jezus Chrystus – Adolf Hitler

„Dobro i zło muszą istnieć obok siebie, a człowiek musi dokonywać wyboru.”

Mahatma Gandhi

„Miłość i nienawiść są dwoma obliczami tego samego.”

Witold Gombrowicz

„Kiedy nienawiść każe się człowiekowi rozwijać, staje się ona jedną z wielu form miłości.”

Paulo Coelho

„Jeżeli Żyd z pomocą swego marksistowskiego credo podbije narody świata, jego panowanie będzie końcem ludzkości, a nasza planeta, bezludna jak przed milionami lat, będzie pędzić w eterze. Odwieczna natura bezwzględnie karze tych, którzy łamią jej prawa. To daje mi przekonanie, że działam w imieniu Wszechmogącego Stwórcy.”

Adolf Hitler

Dobro i zło
Miłość i nienawiść.
Uwielbienie i potępienie.
Apoteoza i bałwochwalstwo.
Ocalenie i zagłada.
Życie i śmierć.

Zdolność rozumienia czyni człowieka osobą. Ten nieoceniony dar pozwolił ludziom podbić wszystkie kontynenty, oswoić dziewicze tereny, wzrastać w siłę, mądrość i doświadczenie na przestrzeni set,

tysięcy lat. Eksploatacja wszelkich dostępnych dóbr i zgromadzona wiedza nie przyczyniły się jednak do powstania Edenu, lecz skomplikowanego systemu relacji i wzajemności, w którym określone miejsce mają lepsi i gorsi, wyzyskiwani i wyzyskiwacze, poddani i władcy, dobrzy i źli.

Niniejszy rozdział stanowi swoiste wprowadzenie do tematyki dychotomii dążeń ludzkich. Przeciwstawnych, pozornie wzajemnie wykluczających się, lecz zarazem całkowicie zależnych od siebie zjawisk, postaw, wartości czy symboli. Czy bowiem można określić czym jest słodycz nie znając smaku goryczy lub odczuć ulgę nie znając bólu i cierpienia? Najbardziej znamiennymi postaciami, które zdają się najdobitniej obrazować wewnętrzne sprzeczności targające człowiekiem pozostają Jezus Chrystus – syn Boży, który stał się człowiekiem, mesjanista głoszący idee miłości oraz Adolf Hitler – niemiecki polityk, dyktator III Rzeszy, twórca oraz najgorliwszy wyznawca hitleryzmu. Fragmentaryczna prezentacja tychże charakterystycznych i jednoznacznie rozpoznawalnych przywódców, którzy do dziś oddziałują na światopoglądy mas ma na celu wskazanie licznych obszarów sprzeczności oraz dychotomii dobra i zła, miłości i nienawiści we wszystkich jej odcieniach.

Jezus Chrystus (jako człowiek)
doskonała matryca świętości.

Adolf Hitler
perfekcyjna machina terroru i zagłady.

Tych dwoje ludzi wywarło na współczesną ludzkość najbardziej fundamentalny wpływ, co wyjaśnia przyczynę, dla której są uznawani za symbole wszech czasów – kwintesencję miłości i nienawiści, życia i śmierci. Oboje byli przywódcami wielkiego formatu, choć oczywiście w horrendalnie ekstremalnej makroskali przeciwności.

Oboje w swoim oddziaływaniu wpłynęli na biografie setek milionów istnień ludzkich – ich zwolenników i oponentów, kochających i nienawidzących. Oboje tez byli gorliwymi piewcami skrajnych doktryn ideologicznych – chrześcijaństwa i nazizmu.

Treścią tego rozdziału nie jest opisywanie i interpretowanie żywota Chrystusa i Hitlera, lecz przedstawienie i wstępna próba zrozumienia dychotomii dobro-zło i miłość-nienawiść w strukturze i dynamice dążeń współczesnego człowieka. Jednak skoro sam tytuł na to wskazuje, to uzasadnionym wydaje się, by część rozdziału im poświęcić. Nie jestem ani historykiem, ani teologiem, dlatego też powstrzymam się od przemycania własnych opinii i komentarzy. Zamiast tego przyjrzyjmy się bardziej wiarygodnym poglądom i faktom. Rys historyczny oraz siła oddziaływania bezspornie nakazuje rozpocząć dywagacje od filozofii i życia Chrystusa. Człowieka, który w odczuciu wszystkich wyznawców Biblii, był nosicielem iskry bożej, prorokiem i głosicielem nowego prawa. Świątynią świętości, nadrzędnych wartości; celem, któremu należy podporządkować wszelką ziemską działalność. Postacią, która nawet w odczuciu drwiących ze zjawisk nadprzyrodzonych ateistów stanowi niedościgniony wzór wszelkich cnót. Symbol miłości bezwarunkowej, przebaczającej, wrażliwej i nieugiętej. Doktryna miłości do bliźniego głoszona poprzez najważniejsze przykazanie brzmiące „*Będziesz miłował Pana, Boga swego, całym swoim sercem, całą swoja duszą, całą swoją mocą i całym swoim umysłem, a swego bliźniego jak siebie samego*" (10, 18-11,7-25, Ewangelia wg św. Łukasza,) stała się podwaliną nowej ideologii, wiary w możliwość istnienia lepszego świata, w którym człowiek odrzucający ziemskie dobra jest zdolny do poświęceń na rzecz innych. Miłość głoszona przez Chrystusa stanowi skoncentrowany eliksir, umożliwiający wzrastanie w siłę dobra i wyzwalanie pożądanych społecznie postaw, wartości i zachowań. Przykład najwyższej formy altruizmu, empatii, współistnienia i równouprawnienia. Niepojętej i tak trudnej do wypełnienia misji nakazującej jednoczyć się z ubogimi, uciśnionymi, chorymi i cierpiącymi. Kochać tych, których jeszcze nie znamy i tych, którzy stają się przyczyną naszego cierpienia. Jak mawiał sam Chrystus „*Nie stawiajcie oporu złemu lecz, jeśli kto Cię uderzy w prawy policzek,*

nadstaw mu i drugi. Temu kto chce porwać twoja szatę, odstąp i płaszcz. Zmusza cię kto, żeby iść z nim tysiąc kroków, idź dwa tysiące. Daj temu, kto cie prosi i nie odwracaj się od tego, kto chce pożyczyć od ciebie.", „Miłujcie waszych nieprzyjaciół i módlcie się za tych, którzy was prześladują".(5,19-48,38,43 Ewangelia wg św. Mateusza). Jezus Chrystus jako niedościgniony wzorzec stawał pomiędzy ludem ubogi, cichy i pokorny. Zasiadał do wspólnych posiłków, obdarowywał po równi wszystkich potrzebujących, wskazywał właściwe wybory własnym czynem, nie zaś pustosłowiem. W żadnym momencie swej karkołomnej drogi nie ugiął się, pozostając wierny głoszonym ideom. Zmarł śmiercią męczeńską, wyśmiany, upokorzony i zdradzony przez ukochany lud. Poświęcił własne życie na rzecz całej ludzkości, dowodząc, że prawdziwa miłość jest przebaczającą pokorą, która nie zna lęku, gniewu i nienawiści.

Czyny, które dla wielu wydają się niemożliwe i niedorzeczne okazują się jednak realne. Pośród szarej codzienności odnajdziemy bowiem naśladowców potrafiących wyrzec się własnego szczęścia dla innych. Ludzi, którzy do końca pozostają wierni najwyższym wartościom, jak matka Teresa z Kalkuty prowadząca do ostatnich chwil działalność humanitarną, Janusz Korczak towarzyszący swym podopiecznym w drodze do komory gazowej, misjonarze podróżujący po całym świecie czy w końcu bezimienni bohaterowie, którzy żyjąc tuż obok niosą pomoc wszystkim tym, których my nie chcemy dostrzegać.

Oddalając się od światła miłości nieuchronnie zbliżamy się do niezgłębionych czeluści ciemności i nienawiści. W świecie zdominowanym przez skrajny fanatyzm i wizję rasowej wyższości główny prym wiedzie Adolf Hitler. Dyktator, który jak twierdzi Bullock do szpiku kości przepełniony był nienawiścią: *"Nienawidził listopadowych zbrodniarzy, którzy zdradzili Niemcy: nienawidził marksistów, gdyż zamącili w głowach uczciwym niemieckim robotnikom: Żydów, za spiskowanie przeciwko rasie aryjskiej: świata burżuazji za to, że odrzucił go w Oksie wiedeńskim,: wybrakowanych i paradujących w cylindrach narodowych konserwatystów, bo pogardzili zbyt prymitywnymi i wulgarnymi w ich mniemaniu nazistami i nie chcieli wejść z nimi w koalicje.*

Wszystkim tym grupom poprzysiągł zemstę i jej dokonał. Cokolwiek jednak by sądzić o jego nastawieniu do poszczególnych grup lub o długiej liście porachunków, które zamierzał wyrównać, jedno jest pewne - Hitler nie cierpiał na kompleks niższości. Pogardzał tymi ludźmi i szydził z nich jak z karłów niezdolnych do ogarnięcia prawdziwego geniuszu. ‚Nienawidził jest dla niego jak wino'- zanotował Hermann Rauchning- uspokaja go. "Trzeba samemu wysłuchać jednego z jego potępieńczych tyrad, by pojąc, w jaki sposób potrafi rozkoszować się nienawiścią" (Bullock Alan, Hitler i Stalin, str.359). Upojony nienawiścią Hitler planuje i skrzętnie realizuje jedną z największych zbrodni przeciw ludzkości w historii świata. Zyskuje tłumy wielbicieli rozmyślnie operując inżynierią społeczną, do perfekcji opanowuje sztukę manipulacji i kontroli swych odbiorców, którzy jak szmaciane, bezduszne kukły pozwalają sobą sterować. Jak zresztą sam napisał w Main Kampf: "*Sztuka przywództwa polega na umiejętności skierowania uwagi publicznej na pojedynczego wroga i takim przedstawieniu wrogów, jakby należeli do tej samej kategorii*". Pod jego wodzą w ruch wprawiona zostaje perfekcyjna machina śmierci. Nastaje czas apokalipsy spełnionej, w którym drugi człowiek jawi się bezwartościowym ścierwem, półproduktem przynoszącym materialny i ekonomiczny zysk wybranemu narodowi niemieckiemu. Nawet wtedy gdy targany ciężką chorobą, uwikłany w uzależnienie od leków Hitler wydaje się tracić swą przerażającą moc, koszmar trwa nadal. Nienawiść, którą przelał na swych wyznawców budzi bowiem do życia najdziksze instynkty drzemiące w człowieku, pozwalające na wykluczenie, dehumanizację, rasizm, okrucieństwo czy sadyzm. Do władzy pełzną rzesze degeneratów, psychopatów i odmieńców wykluczonych dotąd z życia społecznego. Bezdusznych narzędzi Hitlera, które jak żarłoczne bestie mogą karmić się strachem i cierpieniem swych ofiar, napawać widokiem ludzkich trzewi, wsłuchiwać w melodyjny płacz gazowanych dzieci i czuć panami świata, gdy miażdżąc krtanie ciężkim butem słyszą błagalne, stłumione ‚zlituj'.

Hitler będący bezspornym symbolem nienawiści do końca pozostał wierny głoszonej idei. Nie potrafił jednak zmierzyć się z nadchodzącą klęską i czasem sądzenia. W chłodnej ciemności

jednego ze swych bunkrów popełnił samobójstwo, pozostawiając swych zwolenników samym sobie. Nie mógł znieść sromotnej porażki ukochanego dziecka – Rzeszy albo po prostu uciekł jak szczur z tonącego okrętu. Bez względu na ostateczną odpowiedź, której nie poznamy już nigdy, należy stwierdzić, że Hitler pozostawił po sobie dziedzictwo, którego nadal łakną liczni spadkobiercy. Do dziś uosabia najciemniejsze zakątki ludzkich dusz, zbrukane myśli i chore popędy. Pierwiastek zła w najczystszej formie, który odnajdziemy w Stalinie, Mussolinim, Kadafim, Binladenie lub nie szukając daleko – w każdym ‚ojcu', który w przypływie szału katuje potomka, czy zabójcy, który z premedytacją wypatruje swych ofiar.

Te dwie, skrajnie odmienne postaci, wyzwalające w odczuciu każdego z nas określony ładunek emocjonalny należy uznać za symbol wewnętrznej dychotomii człowieka. Zdolności odczuwania miłości i nienawiści, dokonywania czynów heroicznych oraz dopuszczania się zachowań budzących lęk i przerażenie. Oznacza to, że nawet jeżeli w danym momencie nie potrafimy odnaleźć we własnym wnętrzu uczuć o tym charakterze, nie możemy wykluczyć ich istnienia. Skrywane, wyparte, poddawane ciągłej kontroli czy uśpione codziennością drzemią bowiem wyczekując odpowiedniej sytuacji. Rozewrzeć na oścież nieuświadomione wrota tamujące dotąd fale pragnień, pożądań, żądz czy popędów. Z pewnością wiele osób podążających za pierwszym skojarzeniem poczuje się obrażonych porównaniem do Hitlera lub niegodnych stawania naprzeciw Chrystusa. Uczciwie spoglądając w głąb siebie warto jednak próbować odpowiadać na pytania o myśli i uczucia, jakie sączą się z zakamarków duszy

W każdym z nas znajdują się pokłady krańcowo różnych postaw, wartości, emocji, symboli czy wynikających z nich zachowań i celów działania, uwikłanych w określone miejsce, czas, sytuację, kulturę czy społeczeństwo. Pierwiastki miłości i nienawiści to jedna z wielu dychotomii dotyczących człowieka. Symboliczny Chrystus i Hitler ‚mieszkają' w każdym człowieku, ponieważ pierwiastki miłości i nienawiści są bezsprzecznym faktem ludzkiej emocjonalności oraz śladem kultury relacji społecznych. Wszyscy i kochamy i nienawidzimy, kogoś lub coś, mniej lub bardziej. I nie jest to powód,

by wpadać w jakieś choleryczne oburzenie lub maskaradę gniewu. Gdy ktoś deklaruje, że nie ma w nim nienawiści, to albo nie jest zdolny, by ją dostrzec i sobie uświadomić albo też okoliczności życiowe tej osoby sprzyjają odczuwaniu doznań przyjemnych. Ale wystarczy znaleźć się przez dłuższy czas w atmosferze wrogości albo doznać z czyjejś strony piekielnej krzywdy, a utajona dotąd nienawiść rozleje się.

Dobro i zło, miłość i nienawiść, zaufanie i koszmarny lęk – te bosko-szatańskie przeciwności odnajdujemy wszędzie wokół. Jesteśmy naocznymi świadkami destruktywnej nienawiści jako odwiecznej krucjaty ludzi przeciw ludziom, ale dostrzegamy także potęgę serca – dobrowolne ofiarowanie siebie innym. Ufamy, że świat jest dobry i uporządkowany, a sami posiadamy niezbywalne prawo godności, by być jego ważną częścią. A równocześnie boimy się, że nie zasługujemy na swoje godne w nim miejsce, widząc jak inni uzurpują sobie prawo kontroli i władzy nad naszym życiem, czasem nawet człowieczeństwem. Skrajności te są powszechne, a stany uczuciowe i emocjonalne, zarówno dodatnie i ujemne, objawiają wiele rozmaitych zjawisk.

Jak napisałem w „Słowniku psychologicznym" (Jankowiak, Krupiński, 2012), miłość najogólniej można scharakteryzować jako więź emocjonalną wpływającą na przywiązanie oraz stosunek do danej osoby lub osób. Na bazie własnych odczuć uznajemy, że kochamy, czyli obdarzamy silnym uczuciem innych. Złożoność oraz różnorodność przeżywanych stanów i uczuć jest na tyle indywidualna, że nie istnieje możliwość szczegółowej prezentacji całego repertuaru emocji w tym jednym określeniu. Czym innym będzie bowiem uczucie żywione do partnera / kochanka, niż brata, własnego dziecka, czy zupełnie obcej osoby. Analogicznie traktować możemy nienawiść. To także forma relacji emocjonalnej, lecz o zupełnie przeciwnym, skrajnym zabarwieniu. Zamiast zbliżać i łączyć jak miłość, rozdziela i oddala ludzi od siebie, czyniąc ich nieprzyjaciółmi i wrogimi antagonistami.

Rozdział II: Sens życia – wprowadzenie w przestrzeń dążeń

„Największym szczęściem jest poczucie sensu życia."

Benjamin Disraeli

„Pytanie o sens życia jest najbardziej naglącym ze wszystkich ludzkich pytań."

Albert Camus

„Wszystko, co ludzkość dotychczas uczyniła i wymyśliła, wzięło się z dążenia człowieka do zaspokojenia swych najgłębszych potrzeb i uśmierzenia bólu."

Albert Einstein

„Moje życie będzie miało taki sens, jaki ja sam mu nadam."

Paulo Coelho

Historii człowieka, przynajmniej w ostatnich kilku tysiącach lat, towarzyszy stale obecna refleksja sensu życia. Już starożytni myśliciele deliberowali i rozprawiali nad znaczeniem i celem życia, zarówno w aspekcie jednostkowym jak i społecznym. Wiele z tamtych ówczesnych poglądów i przekonań przetrwało do dzisiaj, stanowiąc w znacznym stopniu wciąż aktualną i interesującą perspektywę. Spójrzmy na Platonizm pozwalający ujrzeć realną, mierzalną rzeczywistość jako ułudę. Przyćmione odbicie światła doskonałego, dochodzącego z metafizycznego bytu ograniczonego czasowo przez śmiertelne i niedoskonałe ciało. Albo Epikureizm poszukujący poprzez etykę drogi do dobra jako szczęścia będącego istotą istnienia. Nawołujący do czerpania radości z każdej nadarzającej się okazji, gdyż ta w końcu zniknie bezpowrotnie. Lub Stoicyzm, który w swej etyce nakazywał narzucenie wewnętrznej dyscypliny i odrzucenie emocji na rzecz sumiennego pełnienia wszelkich obowiązków należnych człowiekowi. Poszukiwanie tą drogą niezmąconego

spokoju, stanu stabilnej szczęśliwości opierającej się bodźcom zewnętrznym. Czy choćby Sceptycyzm powątpiewający we wszystko, co opiera się naukowej metodologii.

Poszukiwanie sensu życia, pragnienie nadania znaczenia ziemskiemu jestestwu od wieków stanowi egzystencjalną bolączkę. Siły rządzące światem przyrody zdają się bowiem bezspornie dowodzić, że celem wszelkiego istnienia jest zapewnienie przetrwania własnemu gatunkowi. Splecione zależnościami łańcuchy pokarmowe wykuwane są bowiem w rytmie nieustającego cyklu życia i śmierci. Koniec wizji jednego kontinuum określa tym samym początek nowego. Prędzej czy później wszystko i wszyscy, bez względu na wcześniejszą pozycje i status, kończymy przecież jako produkt recyklingu trawiony sokami matki ziemi. Brutalna, bezduszna, a może po prostu realna i prawdziwa kolej rzeczy przerażała od zawsze. Człowiek obdarzony zdolnością rozumienia, tworzenia i odczuwania uczuć wyższych nie potrafił bowiem pogodzić się z przemijalnością. Przyjąć, że krowa, świnia czy kura są bezmyślnymi stworami jest łatwo. Zwierzęta nie mogące dopominać się o swoje prawa ostatecznie kończące na talerzu absolutnie nie mogą być godne pełnienia jakiejkolwiek misji. Mleko lub kotlet schabowy nie jawi się przecież jako wartość ponadczasowa. Człowiek natomiast mający swych bogów, spisujący prawa, budujący domy, miasta i dymiące fabryki prezentuje się w odmiennym świetle. Jest panem świata, naczelnym podporządkowującym sobie niższe formy życia. Odkrywcą i prekursorem wszelkich znaczących innowacji, które od lat kształtują otaczająca nas rzeczywistość. Osobą, która w akcie obrony własnej wyjątkowości, podkreślającej rolę olbrzymiej gąbczastej tkanki, jaką jest mózg nie pozwoli na zdegradowanie się do roli prymitywa. Paradoksalnie potrzeba ta dotyczy zarówno geniuszy, artystów czy naukowców pozostawiających po sobie znaczący dorobek, przeciętnych zjadaczy chleba, jak i osiedlowych cwaniaczków.

Naprzeciw rozbudzonej potrzebie wyrasta więc filozofia, myśl wyprzedzająca dokonania materialne i mające nastąpić w przyszłości przemiany. Refleksja sensu życia jest wpleciona w historię od zarania dziejów. Bez względu jednak na ilość przytoczonych myśli,

zestawienie ich porównań, wskazanie najmocniejszych i najsłabszych punktów odniesienia nie można wykluczyć ich prawdziwości. Dlaczego? Ponieważ pomimo upływu setek i tysięcy lat nikt nie zdołał jeszcze jednoznacznie odpowiedzieć na pytanie o sens życia. Rozwój dziedzin naukowych takich jak socjologia czy psychologia pozwala jedynie zrozumieć dlaczego my wszyscy pragniemy wierzyć, że nasze istnienie ma znaczenie.

Pradawne filozoficzne spojrzenie na człowieka, datowane setki i tysiące lat wstecz, w swoim ogólnym zarysie nadal przypomina współczesne naukowe koncepcje psychologiczne, choć z oczywistych względów nie jest rozbudowane w sposób akademicki. Nieustępliwie prowadzi to do wniosku, iż człowiek w gruncie rzeczy, pomimo upływu dziesiątek pokoleń, pozostaje w swojej głębokiej naturze niezmienny. Obdarzony twórczą zdolnością do kreowania swojej materialnej rzeczywistości ujarzmił i stworzył niemal wszystko – transport, wykorzystanie energii, komunikację niezależną od geograficznego położenia, śmiercionośną infrastrukturę wojenną, podbój kosmosu, ekstremalną architekturę. Zajrzał w głąb swojego ciała, czeluście oceanów, mikroskopijne struktury budowy materii, a nawet astronomiczne zjawiska odległe o miliardy kilometrów. Dlaczego zatem wiedza o sobie samym i własnym podmiotowym funkcjonowaniu pozostaje najmniej zrewolucjonizowaną przestrzenią? Dlaczego tak słabo znamy instrukcję obsługi własnego życia, skoro kilka zaledwie procent z nas świadomie formułuje i kształtuje swoje dążenia? I wreszcie dlaczego i o co nieustannie ze sobą walczymy, w sposób jawny lub ukryty, choćby w postaci kapitalizmu?

Sens życia – pamiętamy to, gdy w dzieciństwie tworzyliśmy bajeczne i fantastyczne obrazy siebie dorosłego w wyobraźni, gdy w okresie dorastania poszukiwaliśmy tożsamości i identyfikacji z innymi, gdy jako młodzi dorośli podejmowaliśmy swoje pierwsze milowe decyzje – wybór szkoły/uczelni i zawodu, małżeństwo, początki kariery zawodowej. Teraz powracamy myślą do szukania sensu wówczas, gdy cierpienia przewyższają przyjemność, a egzystencja staje się dokuczliwym bólem. Na co dzień jednak typowy Kowalski czy Nowak nie zadaje sobie trudu, by ujmować

swoje dążenia i kształty myślowe w zorganizowany twór mentalny, z celowo obranym kierunkiem ruchu (rozwoju).

Pozornie niemal każdy mógłby zadeklarować, iż jego życie ma sens, którym zwykle jest rodzina, praca, kariera, miłość, wiara, przyjaźń, relaks, itp. Lecz czym wymienione wartości różnią się od rutyny kolejnego dnia bądź tęsknym oczekiwaniem ich maksymalnego spełnienia? Czy zgadzamy się, że sensem istnienia jest sprostanie codziennym wymaganiom i przetrwanie w gąszczu dynamicznie zmieniających się sytuacji i okoliczności, jak w kalejdoskopie? Zdobyć lub utrzymać pracę, wychować dzieci, awansować i rozwijać ścieżkę kariery, angażować się w sprawy społeczne, trwać w wierze, … Tego typu życiowe wyzwania i trudności są nieodłącznym doświadczeniem każdej biografii.

Wszyscy próbujemy zrealizować swoje obowiązki z nadzieją lepszego jutra, rosnącego optymizmu i ustępującego lęku. Posiadamy wobec tego identyczny sens – przetrwanie – dla iluzji osobistej unikalności ubrany tylko w odmienne rytuały i zmagania. Ale dlaczego niektórzy w swoim nihilizmie i defetyzmie wręcz krzyczą, że ich życie toczy się bez sensu, gdy inni tymczasem dostrzegają znaczenie każdego wydarzenia? Dlaczego jedni nie potrafią zmodyfikować lub przeorientować prostych czynności i zachowań, a drudzy wznoszą się na wyżyny w modelowaniu swojego charakteru? Więc różnimy się tylko strategią realizacji głównego celu – przetrwania, czy też posiadamy subiektywnie nadane życiu znaczenie, obierając własny horyzont i azymut (cel i kierunek)?

Kazimierz Obuchowski, wybitny współczesny psycholog, zwraca uwagę, iż potrzeba sensu życia należy do fundamentalnych, a sposób jej realizacji / zaspokojenia współtworzy osobowość człowieka w procesie nieustannej reorganizacji. Prezentuje on trzy stadia rozwoju potrzeby sensu życia, w kolejności hierarchicznej:

- Identyfikacja
- Faza kosmiczna
- Faza dojrzała

Identyfikacja to wczesna i niezwykle istotna faza dojrzewania osobowości. Identyfikowanie się z określonymi osobami, prawdziwymi lub fikcyjnymi (np. bohater filmowy lub literacki), odbywa się na różnych poziomach, od imitacji cech powierzchownych po poczucie tożsamości moralnej. Młody człowiek może naśladować gesty, wybrane zachowania, a nawet styl życia swojego idola lub kogoś, kto mu imponuje. Zwykle jednak tzw. owczy pęd (naśladownictwo) przyjmuje mniej rzucające się w oczy oznaki, np. słuchanie piosenek ulubionego wykonawcy, używanie kosmetyków reklamowanych przez znanych celebrytów, propagowanie poglądów politycznych lidera preferowanej partii. Identyfikowanie się dotyczy wszystkich dziedzin życia, zwłaszcza pop-kultury, sportu, polityki, ale także sfery aspołecznej. To ostatnie naśladownictwo w przewidywalnym stopniu może przyczynić się do rozwoju patologicznego i niezwykle toksycznego kierunku życiowych pseudo aspiracji, np. narkomania, przestępczość, dyletanctwo szkolne. Identyfikacja to naturalna przejściowa faza cyklu dojrzewania, jednak niektórzy tkwią w niej znacznie dłużej, nie będąc nawet świadomym, że realizują program naśladownictwa. Cytując Obuchowskiego:

Ważną cechą identyfikacji jest to, że w określonych warunkach imituje ona całkiem wystarczająco sens życia i może pozostać jednostce na całe życie jako jej sposób na określenie siebie. Blokuje wówczas dalsze fazy rozwoju potrzeby sensu życia, a więc i wejście jednostki na drogę rozwoju osobowości. Identyfikacja jest progiem do wejścia na drogę dojrzałości. Łączy początki potrzeby sensu życia z działaniami mającymi na celu zaspokojenie potrzeby kontaktu emocjonalnego. (s.300) Rosnąca wiedza o świecie zewnętrznym i swoim w nim funkcjonowaniu sprzyja powstawaniu intencjonalnych pytań osoby o sens i znaczenie jej indywidualnego życia. Wyrastaniu z potrzeby ‚zapożyczania czyjejś biografii', choćby znakomicie pozytywnej, towarzyszy głód koncepcji siebie innego, odróżniającego się. Jednakże faza dojrzałości psychicznej i społecznej jednostki nie pozwala jeszcze na klarowne i rzeczowe sprecyzowanie swoich zamierzeń, ideałów, czy wartości. Uwarunkowania i wymagania kultury w jej szerokim otoczeniu i rozumieniu (dom,

szkoła, kościół, normy obyczajowe, rynek pracy, postęp technologiczny ...) są zmienne, a często sprzeczne i nie stanowią stabilnego punktu odniesienia do planowania swojego życia w dłuższym czasie.

Faza kosmiczna to swoista próba zaaklimatyzowania się we współczesnym świecie i dostosowania swojego sensu życia do kulturowych ograniczeń i roszczeń. To rodzaj inkubatora, którego funkcją jest przygotowanie człowieka do autonomicznej dojrzałości, przez oddziaływanie nań aktualnej rzeczywistości. Analogicznie i w tej fazie można skostnieć lub zastygnąć jak wystudzona lawa, nie uzyskując ‚promocji do następnej klasy'.

Pozostanie osoby dorosłej na poziomie kosmicznego ujęcia sensu życia również blokuje rozwój osobowości, gdyż treść ‚kosmiczna' nie stwarza szans na sformułowanie przez jednostkę dalekich zadań osobistych stanowiących rzeczowy projekt realizacji tego sensu. W wypadku pozostania w tej fazie osoby dorosłej sens życia istnieje, ale w wersji niedokształconej, często bardzo uniwersalnej, opartej jednak na nadinterpretacjach i projekcjach (s.308-309)

Najwyższym etapem jest faza dojrzała, kiedy jednostka buduje dojrzałą koncepcję życia, silnie zintegrowaną z jej odpowiedzialnością za swoje funkcjonowanie w świecie. Określamy wówczas swoje priorytety i znajdujemy dla nich osobiste uzasadnienie. Definiujemy co dla nas jest ważne, dlaczego, i co z tego wynika, podporządkowując pod te priorytety swoje dążenia. Celem działania jest człowiek sam w sobie, jest materiałem, który należy dopasowywać do rzeczywistości i warunków zewnętrznych, nie rezygnując jednak ze swojej psychicznej suwerenności. Jak ujął to Obuchowski - *Dojrzały sens życia obejmuje wkład jednostki w to, w czym ona istnieje, w czym działa i w czym będzie realizowała się jej przyszłość. Jest tym, co przerasta jednostkę, i stan rzeczy, jaki jest tu i teraz*" (str.314).

W tym miejscu chciałbym naszkicować własną hierarchiczną koncepcję sensu życia. Nie stanowi ona odwzorowania żadnej znanej mi teorii lub paradygmatu w ramach nauk psychologiczno - filozoficznych, choć pewien jestem, iż podobne istnieć muszą. Sens życia człowieka wyodrębniam na 5 poziomach:

- biologiczny
- kulturowy
- środowiskowy
- autonomiczny
- transcendentalny

Człowiek wyposażony jest w genetyczną kompozycję właściwości umożliwiających przetrwanie gatunku. Dzięki immanentnym mechanizmom, w tym reakcje instynktowne, popędy czy potrzeby fizjologiczne (np. pożywienie, sen, kopulacja), organizm zdolny jest funkcjonować i przetrwać w świecie zewnętrznym, podobnie jak inne formy zwierząt. Instynkt przetrwania, dla przykładu, na poziomie biologicznym w sytuacji nagłego i silnego zagrożenia uruchamia automatyczną reakcję walki lub ucieczki, w zależności od podświadomej oceny własnych szans w obliczu konfrontacji. Instynkt opiekuńczy z kolei mobilizuje do ochrony potomstwa, nawet kosztem własnego zdrowia i życia. Na poziomie biologicznym sensem i najwyższym dobrem jest samo życie, a jego utrzymanie instynktownym priorytetem.

Kolejnym stopniem wzbogacającym życie człowieka o szerszy sens jest wspomniana już całościowo rozumiana kultura. W swojej najbardziej ogólnej definicji obejmuje wszelkie zdobycze ludzkości, zarówno wytwory materialne, jak i pozbawione cech fizycznych. Kultura materialna mieści w sobie to wszystko, co nie jest środowiskiem naturalnym, zwłaszcza produkty, budynki, środki transportu, drogi, technologie. Kultura niematerialna będąca wytworem człowieka to system prawny, edukacyjny, socjalny, ustrój ekonomiczno polityczny, wierzenia i religie, ale także wszelkiego rodzaju uprzedzenia, stereotypy, ludowe obrzędy, archetypy tkwiące w podświadomości, lęki. Świat XXI wieku stał się globalną wioską, a niektóre społeczeństwa w swojej konsystencji wieloetniczne, o multinarodowych korzeniach kulturowych. Polska jest krajem raczej jednorodnym w swojej kulturze, nie licząc kwiecistych, odróżniających się tradycji regionalnych.

Generalnie w obecnej dyskusji traktujemy kulturę jako model społeczeństwa, w którym żyjemy, a w szczególności zakotwiczone

w nim powszechnie uznawane wartości i ideały. Jako członkowie tego społeczeństwa mamy w sobie zapisane programy takiego funkcjonowania i kierowania swoim życiem, aby realizować wytyczone kierunki i schematy współżycia. Elementarnym sensem życia na poziomie kulturowym jest nauka i praca umożliwiająca utrzymanie rodziny i wychowanie dzieci w duchu odpowiedzialnego obywatelstwa. Uzupełnieniem tej koronnej misji natomiast możemy objąć kultywowanie religii (choćby na poziomie deklaracji), poszanowanie prawa i tradycji narodowych, a przede wszystkim eksponowanie postawy ukierunkowanej na współpracę dla dobra ogółu.

Stadium sensu życia w ujęciu środowiskowym wyrasta z dobrego dopasowania danej osoby do sensu kulturowego. Gdy ktoś rozsądnie i z aprobatą realizuje pozytywne konwenanse swoje kultury i wartości tworzące społeczeństwo, staje się jego obywatelskim kapitałem. Krąg wpływu takiej osoby polaryzuje się, a jej wzmożone uczestnictwo w życiu społecznym wchodzi w fazę rozkwitu. Środowiskowy sens życia to koncentracja na działaniach i celu, które są wspólne i istotne dla węższej grupy ludzi. Podejmowanie dodatkowego wysiłku z intencją poprawy sytuacji określonego środowiska ludzi czy też mikrospołeczności jest już formą wyjścia poza własny egocentryzm i egoizm. Rzecz jasna, wówczas gdy odbywa się na zasadzie dobrowolnej partycypacji, a nie jest na przykład mało przyjemnym obowiązkiem służbowym lub aktywnością pozorowaną. Zaangażowanie środowiskowe obejmuje dość znaczny repertuar inicjatyw. Bardzo popularnym wymiarem jest wolontariat, kiedy wolontariusze poświęcają swój wolny czas i trud dla dobra innych. Dziedzina życia i ukierunkowane z nią dążenia mają tu znaczenie drugorzędne, bowiem poczucie wspólnej misji jest o niebo ważniejsze. I tak wolontariusze poświęcają się i ‚pracują' na rzecz chorych, starszych, bezdomnych, pokrzywdzonych, niepełnosprawnych, samotnych, lecz także w imię lepszego świata dla zwierząt, ochrony przyrody, popularyzacji sport, ... długo by wymieniać.

Innym blaskiem środowiskowego sensu życia jest działalność w ramach stowarzyszeń i fundacji charytatywnych, ale tylko wtedy,

gdy troska jest priorytetem nad karierą lub portfelem. Środowisko ludzi i ich spraw, dla których ‚ochotnik' podejmuje zmagania, nie zawsze jest instytucjonalne, czego wyrazem może być prowadzenie amatorskiego klubu sportowego lub hobbystycznego, organizowanie różnych ciekawych spotkań lokalnych albo parafialnych, uatrakcyjnienie twórczego spędzania czasu dzieciom z okolicy, i tym podobne szczytne idee.

Następny szczebel w hierarchii sensu życia to autonomia – psychologiczna samodzielność i niezależność. Ta wymaga dojrzałego poglądu na własny rozwój oraz względnie uporządkowanej skali osobistych wartości. Już sama autonomia stanowi przepiękny i wzniosły punkt docelowy, albowiem dzięki niej jednostka dokonuje własnych wyborów, w których presja i opinie innych zainteresowanych są racjonalnie i mądrze filtrowane. Ujmując to nieco inaczej – jestem autonomiczny, gdy podejmując decyzje i dokonując wyborów, odwołuję się do tej wiedzy o sobie, którą sam odkrywam, zamiast do tej, którą inni mi oferują. Autonomiczny sens życia nie jest dostępny wszystkim, ponieważ stawia wymagania wykraczające znacznie ponad aspekt kulturowy i środowiskowy. W tym etapie osobistej dojrzałości człowiek staje się odpowiedzialny zarówno za los własny oraz za swój wpływ na otaczających go ludzi. Jest twórcą lub przynajmniej podmiotowym współautorem scenariusza swojej biografii. Nie szuka winnych swoich potknięć i nieudolności, lecz stara się dostrzegać w jakim stopniu sam się do nich przyczynia. Nie blokuje twórczego i odważnego myślenia przez rozpamiętywanie ograniczeń, lecz, nie ignorując ich jednak, myśli co może zmienić i to robi.

Sensem na poziomie transcendentalnym jest obejmująca wszystkich wspólnota duchowa, w której każdy człowiek jest mikrocząstką i wzajemnie na siebie oddziałujemy. Jesteśmy połączeni niematerialną pajęczyną duchową i możemy czerpać z tego samego źródła. Komunikacja zachodząca w nitkach tej sieci jest proporcjonalna do stopnia dojrzałości duchowej nas samych. Odległość od epicentrum tej pajęczyny, jako nasza w niej lokalizacja, także zależna jest od transcendentalnych zdolności. To taka moja osobista metafora świata poza-cielesnego. W każdym razie łatwiej

zrozumieć dzięki niej znane i fascynujące, lecz naukowo niewyjaśnione dotąd zjawiska jak choćby telepatia, bilokacja, objawienia, jasnowidzenie, itp. Kwestię Boga i życia wiecznego pozostawiam Czytelnikowi do dowolnej interpretacji. Od niej jednak należy zaczynać rozważania dotyczące tego najwyższego dla człowieka aspektu swojej biografii.

Sensem życia w ujęciu generalnym – sztandarowym jest wielokierunkowy rozwój jednostki. Człowiek nieustannie podlega różnego rodzaju wpływom i zmianom, a jego bilans osobowości jest dynamiczny i ruchomy. Nie oznacza to wszakże, że zmiany rozwojowe są wyłącznie dodatnie i upragnione. Nierzadko bywa wprost przeciwnie – zmiany w strukturze osobowości mogą mieć charakter ujemny i niepożądany, czyli człowiek cofa się w rozwoju – podlega atrofii i regresowi. Ma to miejsce wówczas, gdy rozwój nie jest świadomym celem życia, będąc pomijanym i ignorowanym. Bo niby jakim prawem ma się dany człowiek rozwijać pozytywnie, jeśli nic w tym kierunku nie czyni, ani dla swojego umysłu, ani uczuć i emocji, nie wspominając już o kwestiach duchowości, etyki i moralności. Osoba w trakcie dokonującego się postępu osobistego, w jakiejkolwiek sferze, ma dość silne i wyraźne poczucie tego progresu i kierunku poprawy. Jednak bywa, że trudno jest ocenić samemu / samej zachodzące zmiany, zwłaszcza natury mentalnej. Łatwo też wpaść w pułapkę racjonalizacji, kiedy to prozaiczne nawet zdarzenia lub pozorna aktywizacja interpretowane są przez daną osobę jako rozwojowe, dla ochrony własnej wartości i publicznego wizerunku. Dlatego świadomie oceniając swój rozwój osobisty należy zwrócić uwagę czy jest to chwilowe wrażenie czy stosunkowo długi proces, czy dokonujące się zmiany przebiegają zgodnie z kierunkiem od form i stanów niższych, prostszych, słabiej zorganizowanych do wyższych, lepiej zorganizowanych i bardziej złożonych. Zgodnie z przeświadczeniem Anny Matczak

Najistotniejsze cechy zmian rozwojowych stanowią kierunkowość i progresywność. Kierunkowość oznacza, że zachodzące zmiany są stopniowym zbliżaniem się do pewnego idealnego stanu optymalnego; poszczególne etapy rozwoju są kolejnymi krokami na tej drodze – każdy z nich stanowi

konsekwencję poprzedniego, a zarazem niezbędne przygotowanie następnego. Progresywność rozwoju polega na tym, że każda z kolejnych faz przemian odznacza się wyższością w stosunku do poprzedniej. (Matczak Anna, Zarys psychologii rozwoju, str.10)

Na koniec tego rozdziału warto też przedstawić strukturę sensu życia wg Gary'ego T. Rekera (na podstawie: Oleś 2003, str.326), który wyodrębnia cztery wymiary sensu życia. Pierwszy z nich tworzą strukturalne komponenty, które odzwierciedlają sposób doświadczania sensu życia przez człowieka. Są to komponenty:

- poznawcze (nadawanie znaczenia indywidualnym doświadczeniom życiowym, tworzenie przekonań, próba zrozumienia i interpretacji zdarzeń i sytuacji);
- motywacyjne (wybór celu swoich działań, zaangażowanie w wybrane dążenia, upór, determinacja);
- afektywne (uczucie satysfakcji, spełnienia, zadowolenia z rezultatów swojej aktywności).

Drugim wymiarem sensu życia są jego źródła, czyli takie wartości i przekonania, które nadają życiu jakieś uporządkowane znaczenie i kierunek. Zaliczyć do nich można szereg wyznaczników, zależnie od aktualnego momentu przebiegu czyjejś biografii, w tym na przykład rodzina, praca, sport, twórczość, religia, patriotyzm, stabilność finansowa, … Trzecim wymiarem sensu życia jest jego rozległość, która obejmuje różnorodne źródła tego sensu. Przyjmuje się, że ludzie czerpią poczucie sensu z kilku lub kilkunastu jednoczesnych źródeł. Im więcej ich jest, tym trwalsze i emocjonalnie bardziej przyjemne jest to poczucie. Ostatnim – czwartym wymiarem jest głębia sensu życia, lub inaczej – jakość jego doświadczania. Przebiega od płytkości i powierzchowności po zintegrowaną harmonię i głębię. Od przyjemności i komfortu jako warstwy najpłytszej, przez rozwijanie osobistych zdolności i możliwości, służbę na rzecz innych, zaangażowanie prospołeczne, aż po wierność ideałom i wartościom ponadmaterialnym, transcendentnym, ostatecznym jako duchowej głębi człowieczeństwa.

Z jakiejkolwiek perspektywy spoglądając na sens życia, mniej lub bardziej akademickiej, duchowej, czy po prostu pragmatyki dnia codziennego, nie można zaprzeczyć, iż ludzie posiadający poczucie sensu są szczęśliwsi, zdrowsi, bardziej optymistyczni i zadowoleni. Dostrzegają znaczenie nieistotnych pozornie wydarzeń i sytuacji, a porażki i potknięcia nie stanowią dla nich dramatu, lecz naturalne koleje losu – etapy cząstkowe i gromadzenie cennych doświadczeń.

Rozdział III: Formowanie dążeń. Czynniki wpływu

„Trzeba dokonywać wyborów. Człowiek może mieć rację i może się mylić, ale musi decydować, wiedząc, że dobro i zło bywają wcale nieoczywiste, a czasem nawet że wybiera między dwoma rodzajami zła, że nie ma żadnej racji. I zawsze, zawsze wybiera sam."

Terry Pratchet

„Bo swój świat wyznaczają ludzie, których się spotyka, zdarzenia, w których się uczestniczy i wspomnienia, które chce się mieć."

Janusz Leon Wiśniewski

„Jeśli przeszłość cię nie zadowala, zapomnij o niej. Wymyśl sobie inną historię życia i uwierz w nią. Pamiętaj tylko te chwile, kiedy udało i się dopiąć celu. Poczujesz siłę, by osiągnąć to, czego pragniesz."

Paulo Coelho

„Są sprawy na tym świecie, na które nie mamy wpływu. Czasem obwiniamy za nie siebie z nadzieją, że w ten sposób uda nam się je zrozumieć."

Jack Bauer

Przeróżne teorie i koncepcje podejmują zagadnienie dążeń ludzkich. W historii myśli pedagogicznej i psychologicznej istniał archaiczny już pogląd, że człowiek rodzi się jako biała karta – bez wiedzy, rejestru emocji, a wszelkie ich późniejsze przejawy są wynikiem oddziaływania środowiska ludzkiego i wyuczonych w toku życia schematycznych reakcji. Obecnie już wiemy, że człowiek rodzi się z pewnym stelażem genetycznym, a wczesne doświadczenia emocjonalne zaczyna gromadzić w okresie prenatalnym (w trakcie życia płodowego), ‚ucząc się' emocji matki i jej najbliższego otoczenia. Kronika akademickiej psychologii, jak wskazuje wybitny

profesor Józef Kozielecki skupiona jest wokół czterech modelowych koncepcji człowieka, z których każda inaczej odnosi się do sfery newralgicznych doznań i wpływów.

Startujemy od behawioryzmu. Teoria ta zakłada, że jesteśmy sterowani i kontrolowani z zewnątrz, przez środowisko ludzkie i fizyczne, a sami funkcjonujemy jako nieświadome tego faktu marionetki. Nasze myślenie, odczuwanie i eksponowane zachowania są odpowiedzią na bodźce przyjemne i nieprzyjemne, jakie na nas oddziałują – szeroko pojętych kar i nagród. Unikając tego, co nieprzyjemne oraz dążąc do przyjemnych doznań, budujemy określony repertuar zachowań i reakcji, jednak odbywa się to za pomocą mechanicznego dostrajania się do zewnętrznej rzeczywistości, a nie wysiłkiem woli i z mocy wewnętrznej motywacji. Pojęcie woli zresztą nie istnieje w tej teorii. Ujmując to wielce skrótowo, miłość to wynik nagród tej natury tkwiących na zewnątrz – aprobaty, akceptacji, przywiązania. Nienawiść natomiast eskaluje, gdy asymilujemy kary w formie wrogich bodźców – agresji i przemocy. Sami nie mamy wpływu na podmiotowe współkształtowanie swoich emocji i postaw. Behawioryzm, na szczęście, należy do przestarzałych modeli objaśniających funkcjonowanie ludzi, mimo że jego wkład w naukę jest niepodważalny, a kilka zjawiskowych odkryć tworzą nadal cokół dzisiejszej edukacji.

Drugim koronnym systemem psychologicznej wiedzy o człowieku jest koncepcja psychodynamiczna. W przeciwieństwie do behawioryzmu, tutaj odwrócono pojmowanie, a rdzeń ludzkich dążeń przypisano wewnętrznym siłom dynamicznym – popędom i potrzebom oraz występującymi między nimi konfliktami. Człowiek nie jest z reguły świadom tych konfliktów i wewnętrznych motywów istniejących w jego głębokiej psychice, a które to powodują, że wiele dążeń i zachowań w ich współzależności są ambiwalentne lub przynajmniej inaczej ukierunkowane. Warto też zasygnalizować, iż większość popędów i potrzeb nie należy do kategorii instynktów zaprogramowanych przez naturę, lecz są nabywane podczas wychowywania i uspołeczniania. Wieloletni kontakt z rodzicami, grupami rówieśników, nauczycielami, kościołem, instytucjami

publicznymi, ale również przekaz telewizyjny, reklamy, kultura konsumpcji, ideologie polityczne, ekspansja biznesu bardzo mocno odciskają swoje piętna na modelowaniu tych potrzeb i popędów. Psychodynamicy skupiają swoja uwagę na charakterze, na bazie czego wnioskują o zachowaniach i dążeniach jednostki. Zmiany w osobowości mogą następować za pomocą psychoterapii, której celem jest wspieranie indywiduum w zrozumieniu, a następnie rozwiązywaniu nieświadomych konfliktów. Dzięki temu możliwym staje się przystosowanie do świata zewnętrznego (normy, oczekiwania, konwenanse, uwarunkowania) oraz podejmowanie decyzji dotyczących drogi życiowej. Klasyczną wersją psychodynamizmu jest psychoanaliza, a zwłaszcza jej potomek – psychoanaliza społeczna, jako kliniczne poszukiwanie zaburzeń emocjonalnych i neurotycznych mechanizmów obronnych.

Ujęcie trzecie to koncepcja poznawcza. W odróżnieniu od behawioryzmu, gdzie człowiek jest mechanicznym odwzorowaniem działającej na niego rzeczywistości zewnętrznej oraz wewnętrznego ‚poligonu' psychodynamicznego, w którym o działaniach decyduje wynik starcia między popędami i potrzebami, koncepcja poznawcza obrazuje osobę jako układ przetwarzający informacje. Zachowanie człowieka jest tutaj pochodną konfrontacji nagromadzonej wiedzy z bieżącymi informacjami płynącymi ze świata zewnętrznego. Wiedza skumulowana w strukturach poznawczych obejmuje wszystkie znane fakty, wiadomości, poglądy i uprzedzenia nabyte przez całe życie w toku uczenia się i myślenia. Jest to wiedza o sobie (samoocena), o innych ludziach, o wzajemnych relacjach i całym dostępnym zmysłom świecie. Reprezentanci modelu poznawczego uznają, że homo sapiens jest istotą samodzielną i twórczą, decyduje o własnym losie, podejmuje celowe działania nakierowane na osiąganie obranych celów, formułuje sądy i oceny wobec siebie samego i innych, jest zdolny do rozpoznania oraz adaptacji do zmieniającego się i coraz bardziej złożonego krajobrazu współczesnej cywilizacji. Jak zauważa Kozielecki:

W toku życia człowiek przyjmuje, przechowuje, interpretuje, tworzy i przekazuje za pomocą języka informacje (wiedzę, dane) i nadaje im pewną wartość (znaczenie, sens). Mówiąc potocznie,

dzięki kompetencjom umysłu jednostka spostrzega rzeczywistość, zapamiętuje otrzymane informacje, myśli analitycznie i twórczo, prowadzi dyskurs z innymi ludźmi. Jako sprawca podejmuje ona działania celowe i sprawuje nad nimi poznawczą kontrolę. (Psychologiczne koncepcje człowieka, str. 170)

Ostatnią z koncepcji jest spojrzenie na człowieka zwane psychologią humanistyczną lub psychologią ‚ja'. Nurt ten nie doczekał się jeszcze dojrzałego i spójnego systemu teoretycznego, lecz wysunięte hipotezy, postulaty, poglądy i tezy zasługują na oddzielne traktowanie. Podwalinę stanowi twierdzenie, że przewodnią inicjacją ludzkich działań jest dążenie do samorealizacji i maksymalnego wykorzystania swojego osobistego potencjału. Osoba postrzegana jest jako unikalna i harmonijną całość i nie można wyodrębniać jej myśli, potrzeb czy emocji jako osobne komponenty. Co więcej, w idealistycznym założeniu człowiek jest zespolony z całym jego zewnętrznym otoczeniem, a zatem tworzą oni wspólnie swoisty społeczny amalgamat – jedną rzeczywistość. Ma to miejsce wtedy, gdy realizuje on swój wewnętrzny naturalny potencjał w sposób bezkolizyjny. Jednak w codziennych zmaganiach, pełniąc różnorodne (czasem ambiwalentne) role rodzinne i społeczne, wchodząc w relacje interpersonalne z tysiącami innych ludzi, konflikty oraz ścieranie się przekonań i potrzeb są nieuniknione, a jednostka słabiej lub silniej odchyla się od swojego naturalnego cyklu rozwojowego, ograniczając w ten sposób zdolność do pełnej samorealizacji. Kozielecki tak o tym fenomenie pisze:

W naturalnych warunkach osoba nie zawsze może rozwijać się swobodnie i harmonijnie, nie zawsze wykorzystuje swoje prawdziwe możliwości. Wrogie i napięte stosunki interpersonalne, anachroniczne metody nauczania, błędne wyobrażenie o samym sobie – często utrudniają kształtowanie się autentycznej osoby, jej kompetencji i unikatowego systemu wartości. Człowiek, którego rozwój został zablokowany, nie jest osobą w pełni zdrową. (Psychologiczne koncepcje człowieka, str. 242)

Każda z omówionych wyżej koncepcji psychologicznych nieco inaczej traktuje sferę dążeń człowieka. Kwestią obecnie bezdyskusyjną jest, że dążenia wynikają z potrzeb, pragnień

i popędów, a człowiek wspinając się po drabinie dojrzałości, nabywa kompetencje rozwojowe i staje się podmiotem nadającym swej własnej biografii znaczenie i kierunek.
Jak w tej metaforze o kapitanie okrętu lub sterniku łodzi albo w ludowym przysłowiu ‚jak sobie pościelesz, tak się wyśpisz'. Człowiek w swojej potencjalnej podmiotowości jest zdolny do wyboru tych potrzeb i pragnień, które służą jego rozwojowi i pozwalają urzeczywistniać obrany świadomie kierunek życia. Zdolny jest także do uchwycenia w sobie dystansu wobec tych z kolei, których realizacja nie przyczynia się do harmonijnego rozwoju, wręcz go zakłócając. Zdolność taka wpisana jest w autonomiczną wolność. Ba, stanowi główne jej instrumentarium. Skoro jednak ludzie w niezwykle rozciągniętej skali różnią się w głębokości świadomości swoich potrzeb i pragnień, zatem i ich zdolność do wyboru lub rezygnacji z dążeń bywa bardzo odmienna, często diametralnie, tworząc w ten sposób kalejdoskop rozmaitych, nawet przeciwstawnych sobie ideałów. Co więcej, także ta sama osoba, lecz w różnych okolicznościach i sytuacyjnych uwarunkowaniach może wykazywać brak konsekwencji i obierać niespójne lub przeciwległe dążenia, w zależności od hierarchii zaspokajanych potrzeb i pragnień w danym momencie życia.

Przyjrzyjmy się nieco bliżej naszym potrzebom, jako że te wyzwalają i w pewnym sensie wyznaczają sposoby ich zaspokajania, co można już nazwać dążeniem. Ze względu na ograniczoną objętość tego rozdziału jak i inaczej ukierunkowaną myśl przewodnią, potrzeby ludzkie są tutaj zaledwie dotknięte w swojej różnorodności i wielości. W żadnym stopniu nie jestem w stanie zaspokoić apetytu na wiedzę o ich funkcjonowaniu, zwłaszcza że tego typu rozważania i eksploracje to rozległe obszary nauk psychologicznych, nie zaś kilka zdań w tej książce.

W każdej sekundzie organizm realizuje program motywowany wielorakością potrzeb fizjologicznych, od oddychania i krążenia krwi, po sen, trawienie, utrzymywanie optymalnej temperatury ciała, przetwarzanie informacji i szereg innych. Większość z nich nie wymaga świadomości i skoncentrowanej uwagi, jako że regulowane są na poziomie wrodzonego i dziedziczonego biologizmu. Inną

kategorię stanowią potrzeby poznawcze związane z funkcjonowaniem intelektualnym. Uaktywnione są od samych narodzin, kiedy to niemowlę zaczyna poznawać zmysłami swoje otoczenie. Potrzeby te i formy ich zaspokajania stanowią przedmiot dyskusji psychologii poznawczej, która obejmuje poznawanie, zdobywanie wiedzy, uczenie się, umysłową cybernetykę przetwarzania informacji, procesy pamięci, mechanizmy orientowania się w otoczeniu, mechanikę percepcji, działanie mózgu... Poznawanie rzeczywistości jest konieczne dla sprawnego w niej poruszania się, a wszelkie działania, które ludzie podejmują wymagają określonej wiedzy. Od jej jakości, precyzji, adekwatności oraz aktualności zależą przecież wyniki – jak udane i satysfakcjonujące mają życie.

Kolejnym obszarem potrzeb, obok fizjologii i intelektu, jest emocjonalność. Jako obdarzeni zdolnością i potencją do uczuciowego ustosunkowania się wobec otaczającej nas rzeczywistości zewnętrznej generujemy ogrom emocji. Zależnie od warunków sytuacyjnych, w jakich się znajdujemy oraz naszego intelektualnego rozumienia danego położenia powstają określone emocje. Różnią się kierunkiem (dodatnie i ujemne, lub potocznie – pozytywne i negatywne, albo jeszcze inaczej – przyjemne i przykre) oraz intensywnością (od niewyczuwalnych lub ledwie odczuwalnych, po bardzo silne afekty i apogea). Jakościowym wyznacznikiem, a zarazem czymś, co można nazwać identyfikacyjnym meritum, jest treść emocji. Leksykon werbalny oferuje kilkaset zróżnicowanych określeń, przykładem czego mogą być: radość, przygnębienie, wstyd, pokora, złość, wstręt, zdziwienie, miłość, zazdrość, ekstaza, żal, poczucie winy. Człowiek dla prawidłowego rozwoju potrzebuje odczuwać przeróżne emocje, gdyż te pełnią funkcję nawigacyjną i przystosowawczą – informują o tym, co dzieje się (i jak na to reagujemy) w świecie zewnętrznym i wewnętrznym – w otoczeniu i w organizmie. Im głębszą mamy świadomość swoich emocji i wiedzę o ich dynamice, tym sprawniej możemy na nie reagować i mądrzej kierować własnymi poczynaniami. Krótko mówiąc, im wyższa inteligencja emocjonalna, tym większa władza nad swoim życiem.

Te trzy zarysowane powyżej pola potrzeb – fizjologia, intelekt i emocjonalność nie są od siebie oddzielone, lecz wprost przeciwnie,

stanowią współzależny i wysoce zintegrowany amalgamat. Potrzeby fizjologiczne, intelektualne i emocjonalne przenikają się, współtowarzyszą sobie, a przede wszystkim wzajemnie na siebie oddziałują. Jedna wywołuje i sprężynuje kolejne, formując reakcje łańcuchową lub przynajmniej przyczynowo-skutkową. Kilka prostych przykładów dla poparcia tego stwierdzenia:

- Organizm domaga się pożywienia (fizjologia) informując o tym odczuciem głodu (emocja), co skłania do poszukiwania możliwości i formy zaspokojenia go (intelekt).
- Widzimy groźnie ujadającego psa i od razu rozumiemy, że bliższe z nim spotkanie może okazać się tragiczne w skutkach (intelekt). Natychmiast pojawia się strach, nieprzyjemne zaskoczenie, panika lub inne emocje, które wzbudzają określone reakcje psychofizyczne w organizmie (np. podwyższone tętno, gotowość mięśni do ucieczki lub obrony).
- Skrytykowano mnie publicznie przy ważnych dla mnie ludziach. Dokonuję oceny sytuacji (np. ‚niepotrzebnie się wychylam' lub ‚oni nie mają racji'), co jest już funkcją i potrzebą intelektu. Równolegle odczuwam jakieś wewnętrzne stany emocjonalne, które z kolei stymulują i w pewnym sensie determinują reakcje fizyczne, ruchy ciała, specyficzną gestykulację lub też jej wygaszanie.

Psychologowie nie są zgodni w kwestii kolejności zachodzących reakcji łańcuchowych, zwłaszcza w relacji intelekt-emocje. Jedno stanowisko zakłada, że odczuwalne (niekoniecznie świadomie) emocje są pierwotne w stosunku do oceny sytuacji i rozumowej jej interpretacji. Przeciwstawny pogląd lokuje emocjonalność jako wtórny rezultat działalności poznawczej, a więc treść i intensywność przeżywanych emocji są efektem intelektualnej orientacji w rzeczywistości oraz jakości wiedzy o sobie samym. W którąkolwiek stronę bardziej ustawiony jest ten dynamiczny przepływ, czy to najpierw emocje dyktują rozumowi jakiej ma dokonać oceny, czy też umysł w swojej świadomej i podświadomej analizie stymuluje i wywołuje odpowiednie symfonie uczuciowe, nie będę nad tym

dysputował. Wyrazistszy akcent wolałbym postawić na stopień spójności i integracji pomiędzy tymi trzema multipleksami potrzeb, a zwłaszcza ich rolę w formowaniu się dążeń.

Potrzeby ludzkie wynikają z ewolucji, a ich zadaniem jest wypełnianie luk powstałych w wyniku odrywania się człowieka od natury. Realizując swoje potrzeby człowiek dąży do wzrostu poczucia bezpieczeństwa, lokując owo poczucie w różnorodnych wartościach, skalach i punktach odniesienia. Abstrahując od elementarnego poczucia bezpieczeństwa (fizycznego i psychicznego) jak pożywienie, dach nad głową, akceptacja osobnicza, pokojowe relacje w społeczeństwie, ludzie dążą również do wyżej położonych warstw odczuwania swojego życia jako bezpieczne. Takim odniesieniem może być dla przykładu religia, a wyobrażenie i wiara w boską opiekę kompensuje braki w innych sferach. Również dążenie do powszechnego uznania i podziwu ze strony innych ludzi może stanowić formę (i zwykle tak właśnie jest) zaspokajania poczucia bezpieczeństwa. Tego typu sublimacji i kształtów zastępczych oferujących bezpieczeństwo, choćby pozorne, jest rzecz jasna wiele. Spójrzmy zatem na potrzeby ludzkie pod kątem realizowania za ich pomocą poczucia bezpieczeństwa. Rozróżnić można (w Jankowiak Agata, Krupiński Ryszard „Słownik psychologiczny", 2012):

- potrzebę powiązań – motywującą wszelkie działania mające na celu kontakt z naturą i innymi członkami społeczeństwa, realizowaną poprzez poczucie odpowiedzialności za innych, miłość, przyjaźń, a także zależność czy dążenie do władzy;
- potrzebę transcendencji – ukierunkowaną na opanowanie środowiska i twórczą działalność własną, umożliwiającą uzyskanie poczucia sprawstwa, wyznaczanie i podejmowanie działań nadających sens i cel istnieniu jednostki;
- potrzebę zakorzenienia – wyrażającą naturalne pragnienie bezpieczeństwa, stabilności i przynależenia do szerszej grupy, odnalezienia własnego miejsca w porządku świata;
- potrzebę tożsamości – motywującą podejmowanie działań pozwalających odkryć i podkreślić swój indywidualizm; należy

zaznaczyć, iż w przypadku gdy jednostka nie potrafi samodzielnie odnaleźć swej tożsamości może zaspokoić tę potrzeb poprzez identyfikację z inną osobą lub grupą;

- potrzebę systemu orientacji – ukierunkowaną na przyjmowanie i formułowanie sądów, przekonań i stwierdzeń pozwalających na rozbudowanie stałego sposobu postrzegania i rozumienia świata; potrzeba ta stanowi również podstawę obieranych wyborów i celów życiowych;
- potrzebę stymulacji – określającą zmierzanie do zaangażowania się w świat zewnętrzny poprzez konstruktywną lub destruktywną działalność.

Kluczowym narzędziem w kontroli i władzy nad własnymi potrzebami jest dystans do nich jako możliwość ich świadomej oceny i podjęcia decyzji o sposobie realizacji. Doskonale ujął to Obuchowski (2000, str. 13), mówiąc o człowieku:

Autonomizując się, może intencjonalnie sterować swoimi dążeniami, rozwijać je lub niszczyć. Człowiek może stać się na tyle podmiotowy, że o sobie mówi JA, a o mózgu mówi ON i utrzymuje dystans psychiczny zarówno wobec swojego ciała, jak i wobec przeżyć psychicznych, a więc i wobec tego, czego pragnie i czego potrzebuje. Utrzymując ów dystans, może świadomie spełniać siebie, tworząc nowe szanse i warunki zaspokajania potrzeb.

Sytuacja nie byłaby tak złożona i skomplikowana, gdybyśmy wiedzieli, które z potrzeb należy dla własnego rozwoju realizować, a które powstrzymywać lub z nich zrezygnować. Inaczej mówiąc, gdybyśmy mieli pełny wgląd w ich motywy powstawania oraz role, jakie pełnią w globalnej strukturze psychicznej. Część z nich to potrzeby pierwotne, elementarne dla rozwoju. Inne zaś są wtórne, których celem jest zapewnienie substytutu na zasadzie ‚nie otrzymałem A, to teraz chcę B'. Tak powstają w różnej formie pragnienia, pożądania, oczekiwania życzeniowe, apetyty. Wśród nich znajdują się zarówno te ważne i konstruktywne, dzięki którym zaspokajamy istotne potrzeby, ale też szkodliwe i destruktywne, powodujące motywacyjny bałagan i paraliż. Jeszcze raz wykorzystam tutaj wnikliwą myśl profesora Obuchowskiego: *„Potrzeby obejmują*

bardzo zróżnicowaną przestrzeń warunków życia i stawania się osobą. Natomiast pragnienia są naturalną busolą człowieka w jego locie przez galaktykę potrzeb, co powoduje, że zbliża się on lub oddala od tego, co mu realnie potrzebne. Sam może podejmować decyzje o tym, czy ufać strzałce chceń, czy też w oparciu o wiedzę o potrzebach wytyczać inne szlaki, nawet obce sobie" (str. 15). Tak więc to my w swojej roztropności powinniśmy uczyć się rozpoznawać właściwe potrzeby, nadając im priorytet dla rozwoju osobowości, a odrzucać ich formy zastępcze, które mogą łatwo zdominować nasze dążenia i nas wewnętrznie niszczyć. Albo podejmiemy tę newralgiczną odpowiedzialność za siebie, albo ślepe żądze i roszczenia zaczną nas ubezwłasnowolniać.

Rozdział IV: Promenada dążeń

„Każdy ma coś do roboty. Po to jesteśmy na tym świecie, żeby mieć coś do roboty. Żeby się przydać komuś lub czemuś."

Małgorzata Musierewicz

„Człowiek napotkawszy przeszkodę, której nie może zniszczyć - zaczyna niszczyć samego siebie."

Ryszard Kapuściński

„Trzeba zakasać rękawy, zacisnąć zęby i twardo dążyć do wyznaczonego celu. Życie nie jest lekkie ani sprawiedliwe."

Stephen King

„Boskie dzieło stworzenia nigdy nie dobiega końca. Zaczyna się, a potem trwa nieskończenie, w nieustannym trudzie dając początek nowym sceneriom, nowym przedmiotom i nowym światom."

Immanuel Kant

W malarstwie lub grafice kompozycja dobieranych kolorów zależy zwykle od treści i celu przekazu, a jej funkcją jest wywieranie oczekiwanego wrażenia na odbiorcy. Od tego jakich malarz lub grafik użyje barw, jaką techniką je wycieniuje i połączy, od zastosowanego instrumentarium zależy jakość i siła obrazu. Im głębiej artysta potrafi wyczuć właściwe proporcje barw, tym trafniej adresuje swoje intencje, gdyż są one bardziej klarowne i precyzyjne. Analogicznie jest z emocjonalnością. Bogactwo i głębia ludzkich emocji czyni świat relacji interpersonalnych szalenie kolorowym, jednak barwy te nie zawsze ze sobą płynnie harmonizują. Smutek jednej osoby i radość drugiej w tej samej czasoprzestrzeni raczej nie będą współgrać, a aura wzajemnego niezrozumienia będzie się unosić w otoczeniu. Podobnie gdy spotkają się inne przeciwstawne lub znacząco odległe od siebie stany emocjonalne. Nie oznacza to wszakże otwartego

i jawnego konfliktu za każdym razem, lecz przynajmniej pewne niedopasowanie. Dlatego istotne jest, aby wyrażane emocje, zarówno werbalnie jak i niewerbalnie, były dopasowane do sytuacji i osób w niej uczestniczących, podobnie jak barwy malowidła do treści i celu jego wizualnej prezentacji.

Tłem ludzkich dążeń są emocje, które z kolei współkształtowane osobistymi wartościami stają się swoistą sprężyną działań i zaniechań. Dominujące stany uczuciowe, oparte na względnie stałych wartościach i cechach osobowości, wyznaczają kierunek aktywności człowieka oraz sposób urzeczywistniania tej aktywności w życiu codziennym. Zgodnie z tą prostą regułą kierunku, dany człowiek dąży do tego, co zna, rozumie i nauczył się odczuwać, a unika emocji mu obcych, niezrozumiałych, budzących lęk lub co najmniej dyskomfort i zakłopotanie. Dziecko, które było nadmiernie wychwalane przez rodziców może z łatwością nauczyć się, iż należy mu się podziw i pochwała bez względu na postępowanie i dokonania. I przeciwnie, takie, które było nagminnie strofowane i krytykowane będzie w przyszłości podświadomie dążyć do bycia krytykowanym, mimo że wciąż wywołuje to jego/jej złość, irytację, bunt, agresję. Osoba śmiało podejmująca wyzwania i ucząca się nowych form ekspresji i czynności, zakładając oczywiście, że robi to pomyślnie, będzie dążyła do kolejnych wyzwań i zadań, dzięki czemu przyzwyczaja się do rosnącego poczucia sprawstwa i sukcesu. A taka, która unika samodzielnie budowanego rozwoju siebie, boi się uczucia porażki, popełnienia błędu, nieprzyjemnych komentarzy płynących z otoczenia, itp., będzie kroczyła w stronę hermetycznego zamknięcia na wpływy społeczne, osadzając swoją aktywność w lęku i bezruchu. Ogromną rolę w modelowaniu własnej osobowości i formułowaniu aktywności spełnia dialog wewnętrzny jednostki i rodzaj uprawianej auto-perswazji.

Każdy człowiek posiada jakąś określoną hierarchię i strukturę swoich wartości, mimo że nie każdy jest zdolny do uświadomienia jej sobie. Na wartości te składają się oceny siebie samego/samej, innych ludzi, rzeczy, zjawisk, przeżycia wewnętrzne, stopień rozumienia własnych zachowań i stojących za nimi motywów, przyzwyczajenia, preferencje, poglądy, przekonania. Typową, historyczną już ilustracją

jest potrójna afirmacja ‚Bóg – Honor – Ojczyzna', gdzie szczególnie podkreślane są wiara w Boga, uczciwy charakter oraz patriotyzm. Wartości dotyczą wszelkich sfer życia, przykładem czego może być szacunek wobec rodziców i nauczycieli, miłość do bliźniego, uczciwość małżeńska, prawdomówność, zaufanie, pracowitość, pokora, modlitwa, pomaganie potrzebującym, sukces w działaniu, ale także pieniądze, dobra materialne, komfort i wygoda, zemsta, dominacja, brutalność, ... Wyznawane i realizowane wartości stanowią kierunek naszych dążeń. Możemy je kategoryzować na różne sposoby, z których interesującym jest następujący (w Jankowiak Agata, Krupiński Ryszard „Słownik psychologiczny", 2012):

- wartości dionizyjskie – rozumiane jako dobra materialne oraz czerpanie maksimum korzyści z dobytku cywilizacji, charakteryzują osoby dążące do osiągnięcia poczucia szczęścia poprzez konsumpcję. Wartością najwyższą pozostaje możliwość posiadania i zdobywania. W skrajnej formie osoby akceptujące takową hierarchię prezentują styl egoistyczny i pasożytniczy;
- wartości heraklesowe - rozumiane jako potrzeba dominacji i zdobywania władzy, charakteryzują osoby pragnące przejąć kontrolę nad otoczeniem. Wartością nadrzędną pozostaje chęć uznania, sławy i podporządkowania sobie innych, nawet za cenę niekomfortowego i trudnego życia;
- wartości prometejskie - rozumiane jako poczucie wspólnoty, wrażliwość na potrzeby innych oraz chęć niesienia pomocy; charakteryzują osoby ciepłe, pragnące przyczynić się do wspomagania innych. Wartością nadrzędną pozostają działania prospołeczne, nawet jeżeli wymagają one nakładu pracy własnej, poświęcenia i wyrzeczeń;
- wartości apollińskie - rozumiane jako potrzeba tworzenia, poszukiwania, odkrywania; charakteryzują osoby oddające się twórczości, poszukujące nowych możliwości rozwoju. Wartością nadrzędną pozostaje rozwój i poznawanie świata;
- wartości sokratyczne - rozumiane jako potrzeba poznawania i zrozumienia samego siebie; charakteryzują osoby dążące do

samodoskonalenia i samokształcenia. Najwyższą wartością pozostaje możliwość wszechstronnego rozwoju siebie i własnej osobowości.

Dwoma fundamentalnymi wyznacznikami są temperament oraz zgromadzone w ciągu życia doświadczenie. Pierwszy składnik ma charakter względnie stały i bazuje zasadniczo na wrodzonej kompozycji genetycznej. Drugi zaś to wszelkie wpływy społeczne, których doświadczyła dana jednostka wraz z ukształtowanymi wobec tych wpływów jej reakcjami. Na początek przyjrzyjmy się nieco bliżej temperamentowi. Niektórzy ludzie są bardzo energiczni i niemal na okrągło angażują się w różne formy aktywności fizycznej, ale są też tacy, którym wysiłek fizyczny nie zapewnia odpowiedniej ‚atrakcji' i raczej go unikają. Jedni ‚od zawsze' posiadają duszę artysty, inni mają umysł wysoce ścisły – racjonalny i logiczny. Takich konstytutywnych różnic w ludzkiej biologii jest ogrom.

Temperament wyznacza określony potencjał danego człowieka, w tym jego specyficzne zdolności i indywidualne cechy usposobienia. Teoria wskazuje bardzo wiele zachowań i cech osobowości silnie zdeterminowanych dziedzicznością, od skłonności do ekscytacji po podatność na alkoholowe bądź narkotykowe uzależnienia, od nasilenia potrzeby seksualnej po poziom lęku, od wyglądu po inteligencję. Mimo, że mnóstwo cech osobowości jest nam darowane niejako w prezencie urodzinowym, nie oznacza to, że wszystko musimy bezspornie przyjąć. Owszem, jesteśmy zróżnicowani w wymiarze fizycznym, biologicznym i emocjonalnym. Można nawet przez to powiedzieć, że każdy człowiek ma odmienny punkt startu. Ale ten wrodzony ‚asortyment' nie jest czynnikiem decydującym. Jak piszą Hamer i Copeland (1999, str. 16) „*Wrodzony temperament nie jest zwykłym zestawem szablonów czy programów. Nie wynika też z niego, że jesteś od urodzenia skazany na niezmienną osobowość. Przeciwnie, jedną z najcudowniejszych cech temperamentu jest wbudowana weń plastyczność, pozwalająca nam dostosowywać się do życiowych przeszkód i wyzwań*". W toku życia człowiek uczy się zewnętrznej, otaczającej go rzeczywistości oraz tej wewnętrznej – siebie samego. Dzięki temu przejmuje podmiotowy wpływ

w konstruowaniu tej zmiennej części osobowości – charakteru. I tu już zaczyna się dyskusja dotycząca drugiego wyznacznika ludzkich dążeń – zgromadzonego i zinterpretowanego doświadczenia życiowego.

Każdy z nas w swoich wspomnieniach, tych pamiętanych, zapomnianych i wypartych ze świadomości, zarejestrował dziesiątki tysięcy interpersonalnych i ‚losowych' epizodów. Doświadczaliśmy rozległej skali uczuć i emocji, tych dobrych i przyjemnych oraz trudnych, bolesnych, niechcianych, traumatycznych. Te wszystkie przeżycia ugruntowały określony szkielet charakteru. Sposób w jaki traktowali nas inni ludzie odwzorował się w podświadomości i zgodnie z nim stworzyliśmy sobie pewien rodzaj mapy opisującej ramy poruszania się w świecie ludzi. Ukształtowały nas zdarzenia, w których uczestniczyliśmy i powstające w ich wyniku emocje, które przeżywaliśmy. Na wiele tych zdarzeń, zwłaszcza nieprzyjemnych w skutkach, nie wszyscy byli gotowi, aby odpowiedzieć dojrzale, aby się obronić lub przeciwstawić, aby podtrzymać zdrowy i konstruktywny progres charakteru. Mogły spowodować zadrę, krzywdę, tudzież rozległą emocjonalną ranę. Lecz nawet najbardziej drastyczne doświadczenia zawierają w sobie potencjał pozytywnej zmiany, zrozumienia, akceptacji, odrodzenia. Człowiek wyposażony jest w wolę oraz środki jej realizacji. Jest zdolny, by przeinterpretować własną historię i uczynić z niej pomost do lepszej przyszłości. Kluczem jest ZMIANA.

Cały świat, a pewnie i wszechświat, jest w nieustannym ruchu, nie zawsze dostrzegalnym, ale ustawicznym. Zmianom podlega flora i fauna, wody i lądy, klimat, człowiek i jego wytwory. Są zmiany ewolucyjne i rewolucyjne, cykliczne liniowe, sinusoidalne i nieregularne. Zmieniają się dni w kalendarzu, miesiące, lata, pory roku na przemian po sobie następują, istoty żywe się starzeją, a przyszłe pokolenia przygotowują do narodzin. Skoro przemiany i metamorfozy są wszechobecne, to logiczne i oczywiste, iż ludzie również doświadczają zmian, zarówno tych zewnętrznych związanych z wiekiem, jak i wewnętrznych – w osobowości. Każdy nowy dzień jest jednocześnie nową kreacją nas samych, choć zwykle w mikroskali. Wspaniałą szansą i przywilejem człowieka,

w odróżnieniu od innych stworzeń, jest wybór. Mamy możliwość i prawo (niestety dla wielu współczesnych cywilizacji nadal jest ono ograniczone) decydować jakimi chcemy być, w którą stronę podążać, jakie obrać cele, czym uczynić sens. Krótko mówiąc, możemy współtworzyć swoją własną osobowość, uplastyczniać ją zgodnie z subiektywnym oczekiwaniem, wzmacniać lub osłabiać jej przeróżne tendencje i nurty. Rzecz jasna, wymaga to umiejętności, wiary w skuteczność swoich działań, a przede wszystkim dobrej woli. Ale jak głosi znane przysłowie – ‚Praktyka czyni mistrza', a obok inne – ‚Nawet najdłuższą podróż zaczynamy od pierwszego kroku'. A co jeśli nie postawimy tego pierwszego kroku, a później następnego. Cóż, zmianom i tak będziemy podlegać, ale nasz opór, lęk, zaściankowość, konserwatyzm sprowokują te raczej nam nieprzychylne. Albo inaczej, jeśli nie nadążamy za zmianami wokół nas, to się w rozwoju cofamy, starzejemy, gnuśniejemy, bez względu na wiek. Nasze dążenia stają się coraz bardziej przypadkowe i losowe, tracimy kontrolę nad kierunkiem swojego życia. Zamknę te rozważania myślą Ewy Woydyłło („Buty szczęścia" 2010, str. 97):

Aby wprowadzać większe lub mniejsze zmiany, wcale nie potrzeba szczególnej pory roku czy kalendarzowej okazji. Zresztą, nawet gdy nie planujemy żadnych zmian, one i tak następują nieustannie od zarania po kres życia. Myśląc o ustawicznych zmianach, jakim podlegamy w sposób zamierzony i niezamierzony, przywołujemy metaforę żeglowania po nieznanym akwenie. Życie to właśnie coś w rodzaju ustawicznej nawigacji, dzięki której można przeżyć ciekawe przygody, odkryć piękne widoki i nowe obszary, a w końcu zawsze, nawet podczas największych burz, postarać się dotrzeć do spokojnej przystani. Samo słowo nawigacja obejmuje obieranie kierunku, wymijanie przeszkód i oczywiście – ciągłe zmiany.

W rozdziale poprzednim zarysowałem specyfikę potrzeb i pożądań jako dążeń naturalnych i substytucyjnych. Teraz chciałbym nieco rozwinąć tę dyskusję. Podstawowe rozwidlenie dążeń ukierunkowane jest zdrową dojrzałość oraz stan chorobowy, rozumiany dość radykalnie jako unikanie trudu rozwoju i podejmowania odpowiedzialności za swoje problemy. Ta druga alternatywa jest

szczególnie kusząca, ponieważ nie wymaga samozaparcia i pracy nad sobą, przez co przychodzi z łatwością, jak na zawołanie. Ale też owoce jakie rodzi ‚nie nadają się do spożycia' – przejawy ustawicznego przygnębienia lub depresji, niepokoje i lęki, niskie lub brak poczucia obowiązku, wycofanie z życia społecznego, destrukcyjne zachowania, w tym uzależnienia, wrogość i podejrzliwość wobec innych ludzi, częste napady złości, nawet agresji. Poważną ‚ułomnością' staje się także brak personalnie sprecyzowanego celu i sensu w swoim życiu, skutkiem czego dana osoba nie potrafi odkryć w sobie motywacji do działania i wzrostu.

Nie sposób tu wymieniać, co zresztą nie jest nawet możliwe, wszystkich dążeń ludzkich. Generalnie dążymy do tego, co pragniemy, oczekujemy i potrzebujemy, o ile podejmujemy działania w tym kierunku. Zupełnie czym innym jest przecież roztaczać nierealne mrzonki czy marzenia i w żaden sposób ich nie materializować, a realizować konkretne podjęte decyzje i plany. O sile i kierunku dążeń zwykle decydują proste wybory, których każdego dnia jest wiele. Nie zwracamy na nie należnej im uwagi, przez co odbywają się niemal automatycznie, nieuchwytnie. Obejrzeć kolejny sztampowy film czy tym razem poczytać książkę? Wpadać w złość i irytację za każdym razem, gdy coś lub ktoś mi nie sprzyja czy spróbować choć na kilka sekund się zdystansować i powstrzymać nawykowy odruch reakcji? Obdzielać rządzących pretensjami i roszczeniami o wszystko czy zanurzyć się w refleksji, szukając osiągalnych sposobów na zmianę swego położenia? Pogłębiać kwalifikacje i umiejętności, choćby ucząc się samemu, czy nieustannie utyskiwać, że nie ma pracy i cokolwiek by zrobił, to bez sensu? Poddać samokrytyce swoje umiejętności i postawy społeczne (np. rodzicielskie, sąsiedzkie) czy usilnie utrzymywać wizerunek osoby bezbłędnej, lepiej wiedzącej? Bagatelizować i negować pojawiające się poważne problemy (np. nadmierne spożywanie alkoholu) czy szukać pomocy specjalistycznej? Od takich właśnie dylematów, mniejszych i większych, zależy kierunek i rodzaj naszych życiowych dążeń. Co więcej, ‚niższe' dążenia przygotowują nas do ‚wyższych', wymagających głębszej odpowiedzialności, ale oferując po drodze większą satysfakcję i spełnianie się w swojej biografii.

Rozdział V: Ja społeczne – Ja autonomiczne

„Nieraz próbuję tego dociec, jestem czy nie jestem. Tylko, że sam dla siebie człowiek nie jest świadectwem. Musi zawsze ktoś drugi poświadczyć. Sam dla siebie człowiek jest zbyt wyrozumiały."

Wiesław Myśliwski

„Bez jednostek twórczych, zdolnych do samodzielnego myślenia i osądu, rozwój społeczeństw jest równie nie do pomyślenia, jak rozwój jednostki poza żyzną glebą społeczności."

Albert Einstein

„Istotne dla wspólnego dobra jest wspieranie jednostek: ponieważ tylko jednostka może wytworzyć nowe idee, które niezbędne są społeczeństwu dla jego ciągłego rozwoju, a także, w istocie, dla uniknięcia wyjałowienia i stagnacji."

Albert Einstein

Od zarania dziejów, jak pamięć historyczna sięga, człowiek był osobnikiem funkcjonującym w grupie. Już w epokach ludów pierwotnych homo sapiens organizował swój żywot obok innych mu podobnych. Przemawiało za tym wiele względów, począwszy od bezpieczeństwa po kooperację. Kilku czy kilkunastu osobników w zwartej grupie miało znacznie większe szanse przeżycia w bezpośrednim ataku dzikiego zwierza, niż pojedynczy, totalnie wystawiony na pastwę losu jako łatwy łup. Łatwiej też było zapewnić i zorganizować sobie warunki bytowe, gdyż niejednokrotnie wymagało to współpracy i siły fizycznej większej liczby mężczyzn i kobiet. Podobnie ze zdobywaniem pożywienia, kiedy zespolone wysiłki pozwalały upolować masywniejszy kawałek zwierza lub lepiej przygotować pułapki. W populacji liczącej kilkudziesięciu czy kilkuset osobników możliwym było także podzielenie i zhierarchizowanie zadań i obowiązków, dzięki czemu odpowiedzialność została rozłożona.

Społeczeństwa ewoluowały, a wraz z nimi ustroje społeczno-polityczne, od prostych form plemion koczowniczo-myśliwskich, przez rozmaite systemy (np. feudalizm, niewolnictwo, socjalizm), po współczesne demokracje. Po drodze ludziom towarzyszyły podboje i wojny oraz religijne pogromy w tysiącach przeróżnych odsłon. Ich obecność w historii (niestety także w czasach dzisiejszych) jest dowodem, że różnice międzykulturowe i rasowe są zbyt drażliwe i nie pozwalają na zgodne oraz pokojowe współistnienie. Od pokoleń przenosimy dziedzictwo kulturowe, podświadomie ucząc się zarówno kooperacji jak i wrogości. Współpracujemy ze sobą, co pozwoliło wkroczyć na drogę postępu cywilizacyjnego, lecz równocześnie walczymy o dominację, co z kolei budzi w nas lęk, uległość i agresję.

Żyjąc w określonym społeczeństwie uczymy się funkcjonować zgodnie z panującymi w nim zasadami współżycia. W toku własnej biografii jesteśmy przyzwyczajani do istniejących reguł gry. Poznajemy system edukacyjny, najpierw obligatoryjne, później dobrowolnie w nim partycypując, a następnie próbujemy odnaleźć swoje miejsce na rynku pracy. Stajemy się uczestnikiem systemu prawnego, kanonu przykazań religijnych, przekazywanych przez przodków tradycji oraz wielu specyficznych regulaminów, np. kodeksy branżowe, regulaminy pracy. Od dziecka jesteśmy przygotowywani do pełnienia pożądanych ról społecznych dla dobra całej populacji. Typowym z punktu widzenia rodziny obrazem ‚przeznaczenia' dla kobiety jest rola żony i matki, podczas gdy mężczyzna staje się mężem i ojcem. Do niedawna jeszcze model rodziny miał charakter wyraźnie patriarchalny, w którym decyzyjny mostek kapitański należał do mężczyzny. Mąż i ojciec zarabiał na dom, a żona/matka była jego piastunką i uczuciowym Wallstreet. W ostatnich kilkunastu latach tendencja ta wyraźnie spłaszcza się w stronę domowego równouprawnienia – ojcowie zajmują się dziećmi znacznie częściej niż miało to miejsce jeszcze w poprzednim pokoleniu, a żony/matki planują kariery zawodowe w dziedzinach konwencjonalnie zajmowanych przez panów.

Transformacja ekonomiczna kraju silnym uderzeniem zatrzęsła rynkiem pracy, a sukcesywne wstrząsy wtórne gruntownie odmieniły jego charakter. Pojawiły się nieznane lub marginalne wcześniej

zjawiska – bezrobocie, rotacja miejsc pracy, działalność gospodarcza. Postęp cywilizacyjny i technologiczny otworzył bramy do globalnej komunikacji elektronicznej i łatwego podróżowania po całym świecie. W ciągu ostatnich 20 lat w Polsce zmieniło się niemal wszystko, a w rezultacie całe społeczeństwo musiało stawić czoła zachodzącym przeobrażeniom. Niektórzy przystosowali się błyskawicznie i z powodzeniem, podczas gdy wielu innych nie poradziło sobie z frasunkami i boleściami nowej rzeczywistości, która przyniosła szereg ciekawych wyzwań, ale także strapienia i zgryzoty. Generacja dzisiejszych 20-30 latków nie musiała przestawiać się mentalnie, ponieważ zostali wychowani już w warunkach demokracji i wolnego rynku. Natomiast wszyscy starsi to ci, których orientacja społeczna została ukorzeniona w okresie socjalizmu i obcej dominacji.

‚Ja społeczne', jak wynika z powyższych rozważań, to panorama rozmaitych części składowych, które w swojej mozaice obejmują na przykład gotowość do współpracy z innymi, skłonność do wrogości i nieufności, przystosowanie do zasad życia w społeczeństwie, pełnione role i obowiązki rodzinne, a także status zawodowy. Rodzina jako elementarna komórka społeczna nie jest oczywiście koniecznością i stanowi tutaj symbolikę mikrospołeczności. Rodzinę zastąpić można związkiem nieformalnym lub też świadomie z niej zrezygnować w imię alternatywnych wartości i ideałów. Ale długoletni brak rodziny w przypadku chęci jej założenia wiąże się już z pewnym stanem frustracji i może przyczynić się do blokady rozwoju społecznego. Człowiek taki, zwłaszcza gdy nie ma innej ‚bratniej duszy' popada w samotność. Nie oznacza to jeszcze wewnętrznej pustki, bo przecież ten dodatkowy czas można przeznaczyć na szerszy krąg znajomych i przyjaciół lub zaangażowanie w ważne dla jednostki sprawy. Aczkolwiek istnieje pewne zagrożenie, choćby w postaci podwyższonej podatności na uzależnienia (np. alkoholizm, pracoholizm).

‚Ja społeczne' to odzwierciedlenie postrzeganego przeze mnie społeczeństwa w mojej osobowości i strukturze dążeń. W skrócie, jestem/staję się prospołeczny, kiedy oceniam innych ludzi jako przychylnych sobie i nastawionych na wzajemne korzyści wynikające ze współpracy. Gdy na odwrót, postrzegam innych w kolorach

nieufności, wrogości, egoizmu czy antagonizmów, wówczas zaczynam odczuwać coraz większą niechęć do nich, unikam bliskich relacji i związków emocjonalnych, aż staję się chorobliwym mizantropem, hedonistą lub arywistą. W swoim umyśle przez całe życie buduję emocjonalną i intelektualną fotografię społeczeństwa, którego jestem fragmentem. Ta fotografia ilustruje moje subiektywne doświadczanie wewnętrzne w postaci interpretacji zdarzeń. Zdjęcie lubi szczegóły, a zatem w jakiś, zwykle wygodny i korzystny dla mnie sposób, wyjaśniam sobie co i dlaczego mi się przytrafia. Przyczyny niepowodzeń i problemów najczęściej znajduję na zewnątrz – w działaniu i nastawieniu innych ludzi. I samospełniające się proroctwo krąży dalej w emocjonalno – racjonalnym obiegu mentalności. Pozytywne zmiany natomiast najczęściej przypisuję własnym cechom i zaletom. Tak więc obraz społeczeństwa we mnie, lub inaczej – ‚Ja społeczne' to stopień mojej gotowości i dojrzałości do uczestnictwa w społeczeństwie.

Zakładając, że społeczeństwo nie jest tworem przypadkowym, a swój kształt zawdzięcza poczynaniom i dokonaniom miliardów istnień ludzkich, śmiało można postawić tezę, że każdy uczestnik populacji w jakimś mikrofragmencie tworzy na nowo lub przynajmniej automatycznie odtwarza wyuczony scenariusz życia społecznego. Spośród tych miliardów ludzi, umarłych i żyjących, pewien ułamek stanowią ci, którzy swoim wkładem zmienili i zmieniają oblicze ludzkości. Każdy naród czy plemię w swojej historii szczyciły się ‚posiadaniem' niepoślednich osobowości, których czyny przechodziły do legendy bądź encyklopedii, na trwałe zmieniając bieg wydarzeń i obraz tych społeczności. Byli nimi wybitni uczeni i wynalazcy, twórcy epokowych odkryć, pionierzy ekonomii i polityki, wizjonerzy i myśliciele, wirtuozi rzemiosła i sztuki, odważni i mężni wojownicy, geniusze, prekursorzy, protoplaści, pasjonaci, ... Dla uczciwości i równowagi trzeba też wspomnieć o antybohaterach i patologicznych charakterach, także odciskających swoje niechlubne piętno w uformowaniu dzisiejszego świata ludzi – zbrodniarzach, żądnych krwi i władzy tyranach, prześladowcach. Oni wszyscy, piewcy piękna i postępu oraz siewcy wojny i nienawiści, ukształtowali współczesną ludzkość w stopniu znacznie

przewyższającym wpływ nie wyróżniającego się tłumu ich naśladowców, zwolenników i oponentów.

Każdy człowiek funkcjonujący w szerszej lub węższej grupie ludzi wnosi swoje ‚ja autonomiczne', czyli indywidualny potencjał osobowości, w pryzmat społecznych interakcji, czym albo wzbogaca albo zubaża jakość życia otaczających go ludzi. Wnosi swoje emocje, poglądy, przeżycia, doświadczania w postaci postaw ukształtowanych wobec siebie samego, innych ludzi i aktualnych wydarzeń. Człowiek autonomiczny w swoim rozumowaniu i dokonywanych wyborach jest psychologicznie samodzielny i niezależny, pomimo pajęczyny utkanej z gigantycznej ilości nitek społecznych współzależności. Nie kieruje się lękiem, uprzedzeniami, stereotypami, zapożyczonymi opiniami, skopiowaną samooceną, wokół obecną demagogią i populizmem. A przynajmniej potrafi w znacznym stopniu rozważyć, rozsądzić i oddzielić w swoim umyśle motywy własne od obcych, nabytych z zewnątrz. Podmiot autonomiczny odznacza się dobrym dopasowaniem do wymogów i specyfiki kontaktów społecznych, a dodatkowo wnosi doń własną zaradność, inicjatywność i umiejętności pozytywnej zmiany rzeczywistości. ‚Ja autonomiczne' na poziomie swojego uczestniczącego aktywnie wkładu przeobraża w coraz dojrzalszą postać ‚ja społeczne', czyniąc zeń inteligentny i wrażliwy czujnik. Ten związek jednakowo prawdziwy jest i w drugą stronę, czyli osoba, której autonomia oceny i czynu jest znikoma lub zanikająca, cechuje się raczej niską miarą dopasowania do uwarunkowań życia społecznego, często egzystując na jego peryferiach.

Autonomia to dojrzałość, samodzielność i niezależność. To świadome i racjonalne podejmowanie pożądanej i konstruktywnej społecznie aktywności własnej, a także unikanie takich poczynań, które w swoich konsekwencjach okazują się szkodliwe dla samego podmiotu i/lub innych ludzi. O autonomii można mówić, gdy człowiek jest świadom kierujących nim motywów i posiada emocjonalną oraz intelektualną zdolność wyboru tych motywów, którym podporządkowuje swoje dążenia. Interesującym w tym miejscu odzwierciedleniem może być opis zdrowego, dojrzałego człowieka zaproponowany przez Allporta (1961), a cytowany przez

Olesia (2003, str. 123-124). Zgodnie z tą perspektywą wyróżniamy sześć kryteriów dojrzałej osobowości, które w całości i w niezmiennej formie przytaczam tutaj za tym drugim.

1) Poszerzanie zasięgu 'ja' – osoba posiada szerokie horyzonty, jest zainteresowana światem, otwarta na nowe doświadczenia i idee, w swych działaniach nie ogranicza się do bezpośrednich potrzeb i obowiązków, ale wykazuje zapał w realizacji wybranych celów, formułuje plany i nadzieje, aktywnie uczestniczy w życiu, skupiając się na zadaniach, a nie na sobie, angażując się, zachowuje poczucie własnej odrębności.

2) Serdeczne kontakty z ludźmi – zarówno towarzyskie, jak i intymne; osoba jest zdolna do bezinteresownej przyjaźni i miłości, angażuje się osobiście w głębokie kontakty interpersonalne, nie traktuje ludzi w sposób instrumentalny lub władczy, nie uzależnia innych od siebie, nie podporządkowuje ich i nie wykorzystuje, pozostawia innym wolność, szanuje odmienność drugiego człowieka.

3) Poczucie bezpieczeństwa emocjonalnego i samoakceptacja – czyli dojrzałość emocjonalna; osobę cechuje brak nadmiernej reakcji na bodźce popędowe i sytuacje lękowe, posiada tolerancję na frustrację, dlatego drobiazgi nie wyprowadzają jej z równowagi, stres i frustracje uznaje za zjawisko wpisane w scenariusz życia, akceptuje własne słabości i porażki bez poczucia klęski, nie ma nastawienia obronnego, a jej poczucie bezpieczeństwa pochodzi z wczesnych doświadczeń dziecięcych.

4) Realizm – osobę dojrzałą charakteryzuje zdrowy rozsądek i umiar oraz dystans w podejściu do siebie i świata, spostrzega sprawy we właściwych proporcjach, bez skłonności do przesady; posiada wyobraźnię, ale nie ucieka w obronne fantazje, w adaptacyjny sposób zmaga się z przeszkodami i potrafi dawać innym wsparcie.

5) Obiektywizacja samego siebie – składają się na nią wgląd i poczucie humoru; osoba posiada zdolność rozumienia samej siebie, ma dystans w stosunku do siebie, zna swoją motywację, potrafi znajdować radość w zwyczajnym życiu, posiada zdolność zachowania pozytywnego stosunku do siebie i kochanych osób, przy jednoczesnym dostrzeganiu u siebie i innych niekonsekwencji

i absurdów, ma niezłośliwe poczucie humoru i zdolność śmiania się z siebie samej.

6) Jednocząca filozofia życia – osoba dojrzała ma jasną świadomość celu życia, posiada w nim jakiś poważny wątek, który nadaje znaczenie temu, co robi, w odniesieniu do świata jest wolna od uprzedzeń i stereotypów, kieruje się wybraną orientacją wartościującą: teoretyczną (prawda), społeczną (miłość), estetyczną (piękno), religijną (doskonałość), polityczną (władza), ekonomiczną (użyteczność).

Żyjemy dla siebie i dla świata i obie te warstwy są równie ważne, a wręcz komplementarne, wzajemnie się uzupełniające. Przez świat rozumiem tutaj wszystkich innych, poza samym sobą – rodzinę, znajomych, lokalną społeczność, a w przypadku ludzi wybitnych świat można traktować nawet dosłownie, gdy ich osiągnięcia i dorobek zmieniają lub choćby wpływają na życie milionów. Niemożliwym jest wnosić i dawać coś światu, gdy nie jest się do tego przygotowanym i odpowiedzialnym za swój wkład. Już wielu mędrców i myślicieli zauważyło, że jesteśmy w stanie ofiarować i podzielić się tylko tym, co sami posiadamy. Odnosi się to nie tylko do sfery materialnej, lecz w szczególności intelektualnej i moralnej. Większość z nas deklaruje, że jesteśmy chętni i gotowi do dzielenia się z innymi i pomagania im, gdy zajdzie potrzeba. W pragmatyce dnia codziennego tak różowo już nie jest, niewielu naprawdę pomaga i wspiera innych. Częściej raczej jesteśmy pozamykani w wyuczonym egoizmie i martwimy się wyłącznie o swój los. Można to zrozumieć w przypadku tych, którzy rzeczywiście mają tyle problemów własnych, że na aktywizację społeczną brakuje czasu i energii.

Zdarza się, że wysyłamy charytatywnego sms'a lub w sklepie podczas zbiórek artykułów spożywczych dla potrzebujących włożymy jakiś produkt do koszyka zbiorczego. Sam taki akt jest bezdyskusyjnie dobry, ale pojawia się jeszcze pytanie o motyw. Może to teatralne przedstawienie gramy sami dla siebie, dla rozgrzeszenia się i zredukowania poczucia winy lub dyskomfortu moralnego, a przede wszystkim, by móc myśleć o sobie w kategoriach dobroczynności, hojności lub empatii i zrozumienia. Nie ważne, wróćmy jeszcze do tej naszej deklaracji chęci i gotowości do pomocy.

Nie wątpię w to. My naprawdę chcemy pomagać i wspierać innych, tylko zwykle nie wiemy co robić. Chcemy by ktoś nam wskazał kierunek, pokazał pole aktywności, zorganizował działalność, docenił zaangażowanie, podziękował za okazaną pomoc. To wszystko otrzymujemy, gdy angażujemy się w sprawy społecznie wrażliwe jako wolontariusze. Od wolontariatu zatem warto zaczynać swoją gotowość do niesienia pomocy. Dowodem na naszą bezinteresowność jest również WOŚP Jurka Owsiaka. Po mistrzowsku potrafił on przekonać ludzi, by włączyli się we wspólne dzieło pomocy dzieciom. Przy tej okazji widać naszą dumę narodową, kiedy wszyscy wpatrzeni jesteśmy w jeden cel. Tego dnia z radością ofiarowujemy kawałek siebie, czy to w postaci kilku złotówek do puszki, czy udziału w imprezie jako dobrowolny wolontariusz. Tego dnia nasze ‚ja autonomiczne' utożsamia się z ‚ja społecznym'.

Rozdział VI: Ja silny – Ja słaby

„Słaby człowiek wierzy w los, silny człowiek wierzy w przyczynę i skutek.”

Ralph Waldo Emerson

„Słabi nigdy nie potrafią przebaczać. Przebaczenie jest cnotą silnych.”

Mahatma Gandhi

„Naszą ludzką siłą jest świadomość naszej słabości.”

Jan Twardowski

„Kiedyś sądziłem, że jestem twardzielem, ale uprzytomniłem sobie, że to nieprawda. Byłem słaby i osłaniałem się grubym pancerzem, raniłem ludzi, żeby oni nie mogli zranić mnie, myślałem, że na tym polega bycie twardym, ale się myliłem. Bycie twardym przejawia się tym, co robimy teraz. Odbudowaniem, dokonywaniem zmian, naprawianiem szkód, stawianiem czoła lękom. Jeżeli mi się uda, to dopiero wtedy możesz nazwać mnie twardzielem.”

James Frey

Jak świat szeroki, tak we wszystkich społeczeństwach i społecznościach odnajdujemy ludzi silnych i słabych. Oczywiście nie chodzi o tężyznę fizyczną i architekturę mięśniową, lecz siłę charakteru, która buduje potencję osobowości. Słabość i moc to atrybuty przypisane zarówno ludzkim długofalowym dążeniom oraz doraźnym działaniom. Jakże często słyszymy, że ktoś ma silny charakter lub słaby jest na duchu, posiada silną wolę lub słabe postanowienia. Intuicyjnie rozumiemy wówczas, iż ci ludzie albo znakomicie radzą sobie w trudnych i uciążliwych sytuacjach albo łatwo się poddają i rezygnują w obliczu początkowych trudności, a ich zmagania pozbawione są konsekwencji i determinacji.

Skąd zatem wywodzą się słabość i siła? Czy właściwości te są genetycznie dziedziczone, środowiskowo lub rodzinnie nabyte,

ukształtowane i wyuczone przez indywiduum w procesie samodoskonalenia, a może stanowią konsekwencję specyficznych emocjonalnych doświadczeń człowieka? Po części zapewne każde z tych potencjalnych źródeł wpływu stanowi cząstkowe wyjaśnienie i odpowiada za jakiś fragment zjawiska. Jednak nie wdając się nadto w psychoanalityczne czy behawioralne eksploracje, założyć śmiało możemy, że człowiek bez względu na poziom startowy (wyłączając dysfunkcje umysłowe) na podmiotowy wpływ na kształtowanie własnej proporcji tej dychotomii – silny/słaby. Może on stawać się osobą psychicznie i duchowo silniejszą, jak też przeciwnie – jego ‚oręż i zbroja' mogą podlegać stopniowej korozji i będą coraz mniej odporne na ciosy zewnętrznych okoliczności, w tym wrogie nastawienia innych ludzi.

Silny możemy i powinniśmy interpretować jako umiejętny i elastyczny w kontroli swoich reakcji emocjonalnych i eksponowanych zachowań. Słaby natomiast jako pozbawiony bądź wyraźnie ograniczony w doborze repertuaru własnych działań będących odpowiedzią na trudną sytuację. Człowiek silny staje się podmiotowym twórcą własnej aktywności i zaangażowania w istotne dla niego sprawy, podczas gdy osoba odznaczająca się licznymi słabościami nie potrafi samodzielnie przezwyciężyć przeciwności losu i konstruktywnie rozwiązywać bieżących problemów. Ja silne jest odzwierciedleniem osobistej umiejętności dojrzałego budowania własnego życia w zgodzie z wewnętrznymi wartościami i autonomicznie pojmowanymi celami. Ja słabe to portret ludzkiego charakteru, który w swojej konstrukcji jest wysoce podatny na oddziaływanie innych ludzi i własnych wewnętrznych popędów, w rezultacie czego ugina się pod nieznaczną nawet presją.

Nie ma ludzi doskonałych, co świadczy o obecności różnorodnych słabości w każdym z nas. Mówi się nawet, że doskonałością nie jest konkretny stan, lecz systematyczne dążenie w kierunku jego doświadczania. Objawia się ono w formie samodzielnego formowania właściwych i korzystnych (dla siebie oraz innych) nawyków, co w dłuższej perspektywie czasowej tworzy szkielet charakteru. Spektrum przykładów jest gigantyczne – od regularności prostych czynności (dbałość o wygląd, punktualność, codzienna refleksja

dotycząca spraw dla mnie najważniejszych, ...) po arcytrudne i wymagające stałej koncentracji budowanie nowych zachowań w sposób heroiczny i rewolucyjny (powstrzymywanie popędów, myśli obsesyjnych, czynności kompulsywnych, uzależnień).

Każdy człowiek jest unikalną konstelacją mocnych i słabych stron. Pytanie konstytutywne – które z nich dominują? Nie ma ludzi bez wad, ani tych pozbawionych zalet. Znamy jednak wielu takich, którzy albo nie chcą albo nie potrafią przyglądać się samym sobie, w wyniku czego nie są świadomi psychologicznego bilansu ja silne – ja słabe. To indywidualny człowiek, w swojej woli, podejmuje decyzję czy chce się samodoskonalić i w którym kierunku. On sam ustanawia własny precedens, gdy rozpoczyna celową pracę nad zmianą jakiegokolwiek nawyku lub przyzwyczajenia, zaczynając od postaci dotąd wyuczonej / nabytej, ku tej, którą chciałby osiągnąć. Osoba sama postanawia co chce zmienić w swoim nawykowym funkcjonowaniu. Rozpoczyna się jej wewnętrzna walka ze sobą o siebie samą/samego, której dynamika i intensywność zależne są od indywidualnego doświadczenia.

Interesującym odzwierciedleniem wysiłku ukierunkowanego na kreację ja-silne jest maksyma:

Zasiej myśl, a zbierzesz czyn. Zasiej czyn, a zbierzesz przyzwyczajenie.
Zasiej przyzwyczajenie, a zbierzesz charakter. Zasiej charakter, a zbierzesz przeznaczenie.

Nie jest to psychologiczna koncepcja teoretyczna, a tylko popularne credo, aczkolwiek stanowi fantastyczną ilustrację procesu samo-wychowywania. Zgodnie z nią, zalążkiem osobistej transformacji jest intencjonalna myśl ‚chcę' / ‚mogę', która rodzi się w efekcie poczucia potrzeby zmiany. Sam taki myślokształt nie wystarczy, aby jednostka nauczyła się nowych przyzwyczajeń, gdyż te

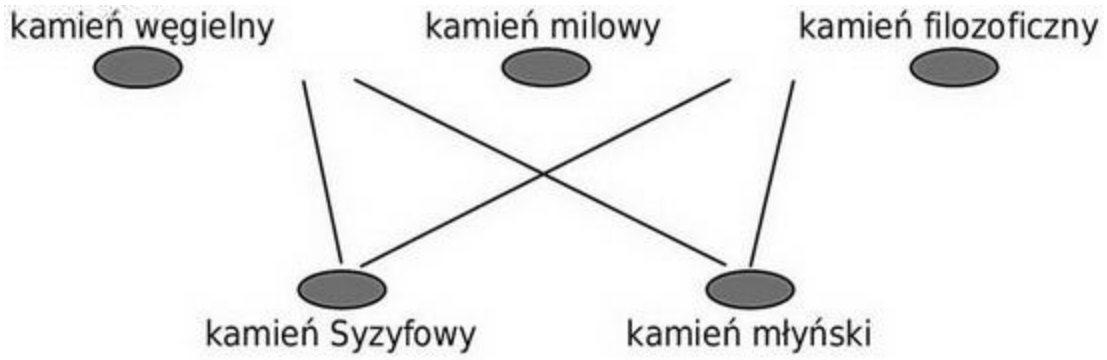
wymagają podjęcia działania, czyli wykonywania (bądź ich zaniechania) sukcesywnych czynności w praktyce behawioralnej. Pomyślna powtarzalność tych czynności w prostej kontynuacji prowadzi do ugruntowania i ustabilizowania się przyzwyczajeń i nawyków, a te, zgodnie ze staropolskim przysłowiem, tworzą drugą naturę – samodzielnie budowany charakter. Sukces w podjętym autonomicznym działaniu przekłada się na rosnące poczucie mocy i siły sprawczej, które konstytuują kolejne personalne kompetencje tej osoby i aktualizują pozytywnie jej potencjał. Człowiek stający się sprawnym i świadomym rzeźbiarzem własnej osobowości nabywa przeświadczenie rosnącego wpływu obejmującego coraz więcej spraw, wydarzeń, ludzi. Tutaj dochodzimy do przeznaczenia, nie będącego loterią, a egzaminem z dojrzałości wewnętrznej – odporności, determinacji, odwagi, siły woli, samoświadomości, ...

Silne psychiczne rusztowanie osobowości nie jest przypadkowym darem loterii zwanej genetyką, mimo że niezaprzeczalnie dziedzictwo genetyczne wnosi rozmaite ‚lepsze' lub ‚gorsze' biologiczne wyposażenie i psychologiczne akcesoria, np. wrodzona wyższa skłonność do poszukiwania nowości lub zwiększona podatność na odczuwanie lęku. Skłamałbym, gdybym naiwnie próbował przekonywać, że mamy wpływ na wszystkie cechy i predyspozycje. Znaczna ich część, szczególnie te tworzące temperament (wrodzone usposobienie), jest w dużej mierze niezmienna, choć naturalnie podlegają emocjonalnej i rozumowej kontroli. Jak piszą Hamer i Copeland w swojej kultowej ksiażce „*Geny i charakter. Jak sobie radzić z genetycznym dziedzictwem?*"

Osobowość tworzą pospołu temperament i charakter. Temperament i charakter są zlokalizowane w innych obszarach mózgu i wyrażają się w odmienny sposób. Potencjalnie każdy z nas jest w stanie odkryć, pod kłębowiskiem mitów, wyuczonych zachowań i stereotypów, swój temperamentalny fundament i pracować nad pozytywnymi cechami charakteru, by stać się takim, jakim pragnie być. (str. 17)

Ulegam pokusie, by wtrącić w tym miejscu jedną z moich osobistych motywacyjnych stopklatek, czyli metaforycznych ilustracji dla aktualnej sytuacji życiowej. Tę nazwałem ‚Szlak 5 kamieni' i odnoszę się do niej, gdy podejmowane działania nie przynoszą spodziewanych efektów. Próbuję wówczas zidentyfikować właściwy kamień oraz (oczywiście w sensie symbolicznym) jego ciężar, a następnie zaimplementować jakieś nowe, kreatywne rozwiązania.

Graficznie ‚Szlak 5 kamieni' wygląda następująco:



Kamień węgielny, zgodnie z definicją, to coś, co jest podstawą – fundamentem i najważniejszym składnikiem. Kolokwialnie mówi się, że jeśli ktoś położył lub wmurował kamień węgielny pod jakąś budowlę, to położył pierwszą cegłę w miejscu jej budowania lub wmurował akt erekcyjny w to miejsce. W ten sposób kamień węgielny staje się symboliczną ilustracją pierwszego kroku, który wykonujemy mając określoną gotową wizję ambitnego zadania lub życiowego celu. To podjęcie zaangażowania w ważną dla jednostki sprawę, a zarazem inicjacja dłuższego łańcucha potencjalnych i planowanych zdarzeń. Kładąc fundament rozpoczynamy strategiczną wędrówkę, której punktem docelowym, a jednocześnie obiektem spełnienia jest kamień filozoficzny. Według średniowiecznych wierzeń alchemików kamień filozoficzny to tajemnicza substancja pozwalająca zamieniać metale nieszlachetne w złoto, natomiast we współczesnym potocznym ujęciu

językowym to środek lub sposób idealnego rozwiązywania jakichś problemów. Kamień filozoficzny jest symboliką pomyślnego zakończenia, osiągnięcia sukcesu w podjętym działaniu lub wytyczonym sobie uprzednio długofalowym celu.

Pomiędzy nimi umiejscowiony jest kamień milowy jako ostoja i cząstkowy etap realizacji działań lub wydarzenie o przełomowym znaczeniu. W rzeczywistych, zwłaszcza długo trwających zmaganiach tych kamieni milowych może być kilka, z których każdy odzwierciedla jakiś imponujący odcinek przebytej drogi. Realizacja postawionego sobie osobistego celu, szczególnie gdy jest on ambitny i wymaga znacznego wkładu pracy nad własnym rozwojem, to zadanie w trakcie którego pojawiają się problemy, przeszkody, trudności i rozmaite ograniczenia wewnętrzne i zewnętrzne. Te wszystkie uciążliwości objawiają się jako kamienie młyńskie i syzyfowe, i bardzo ważnym jest aby właściwie nazwać (dla siebie samego/samej) aktualnie napotkany kamień, gdyż wynikające z nich skutki są diametralnie odmienne. Kamień młyński ciąży jak kula u nogi, lecz symbolizuje problem możliwy do pokonania, dzięki czemu człowiek staje się bogatszy o nowe doświadczenia, nabyte umiejętności i pogłębia swoją skarbnicę alternatywnych zachowań w wielu sytuacjach. Kamień syzyfowy, dla przeciwwagi, to obraz wysiłków podejmowanych na próżno i bezsensownie. Nieustanne pchanie mitologicznego kamienia Syzyfa pod górę nie tylko nie przynosi żadnych pozytywnych zmian, ani korzystnych efektów, ale wręcz wbija człowieka w iluzję aktywności własnej. Jak Don Kichot toczy on beznadziejną walkę z wiatrakami, łudząc się, że pewnego dnia coś się zmieni, że nabierze siły do kolejnej potyczki, że okoliczności życia się do niego uśmiechną, gdy tymczasem marnotrawi resztki swojej energii, być może bezpowrotnie. Targanie kamienia Syzyfa to postępowanie kogoś, kto próbuje walczyć o wzniosłe cele, ale pozbawiony jest poczucia rzeczywistości. Dlatego pioruńsko gardłową sprawą jest odróżnianie swojego własnego kamienia młyńskiego od syzyfowego w konkretnym życiowym położeniu.

Warto też odnieść się do pojęcia kamienia nagrobnego, jako docelowej przystani każdego z nas. Kamień nagrobny jest symboliką

pogrzebu i końca ziemskiej wędrówki. Zostawimy za sobą wszystko, co materialne i fizyczne, lecz zabierzemy dorobek duchowy, przekraczając próg wiecznej, niebiańskiej, boskiej chwały. Możemy zdecydować czy chcemy żyć płytko i egoistycznie, chowając się w swoich słabościach i zaściankowym światopoglądzie, czy wprost przeciwnie – zapragniemy życia w jego pełnym wymiarze, nie uciekając w zgubne meandry psychiki, gdy trzeba stawić czoła trudom, problemom i wyzwaniom. Umrę ja, jak i Ty, ale jakimi chcemy być pamiętani? Słabymi, uginającymi się pod nieznacznym nawet ciężarem przeciwności i niesprzyjających okoliczności losu, czy silnymi, którzy hartowali swoją duchową zbroję, biorąc odpowiedzialność za swój własny rozwój? To jest centralne pytanie o siłę i słabość, o apogeum wyboru. Upraszczając i podsumowując rozważania dotyczące tego 5-kamiennego szlaku, trzeba zauważyć, że sens i znaczenie kamienia węgielnego powinno wypływać z wizji kamienia nagrobnego.

Muszę zwrócić także uwagę, iż siła częstokroć wypływa ze słabości lub w niej wręcz tkwi. Słabość jest tutaj rozumiana nieco paradoksalnie – jako pokora, świadomość swoich ograniczeń, akceptacja niezmienności niektórych zjawisk psychicznych, zgoda na uzależnienie. Znakomitą ilustracją tego paradoksu może być krok pierwszy Anonimowych Alkoholików – ‚Uznaliśmy, że jesteśmy bezsilni wobec alkoholu i że przestaliśmy kierować swoim życiem'. Dopóki osoba uzależniona (zakupoholik, alkoholik, narkoman, hazardzista, cyberholik, ...) nie chce lub nie potrafi zrozumieć i wewnętrznie pogodzić się ze swoją chorobą, dotąd nie będzie zdolna, by na słabości budować siłę charakteru. Dopóki nie uświadomi sobie, że siłą woli nie powstrzyma dynamizmu nałogu, dotąd będzie cierpieć. Uznanie własnej bezsilności wydaje się mało popularną i niezbyt atrakcyjną perspektywą dla kogoś, kto woli myśleć o sobie w kategoriach siły, mocy, wpływu lub choćby niezależności i zaradności. A skłonność do takiego siebie postrzegania jest wzmacniana psychicznymi procesami chorobowymi (uzależnienie psychiczne). Tym samym człowiek uzależniony stara się podtrzymywać myślenie, że jest w stanie kontrolować swoje nałogowe zachowanie, podczas gdy w rzeczywistości żywi się tylko

kolejnymi iluzjami i na własne potrzeby produkowanymi interpretacjami. Sposobem rozwiązania tego krytycznego problemu i przekroczenia Rubikonu choroby jest kapitulacja i pokorny ukłon wobec tego, co mnie uzależnia (środek chemiczny, czynność, emocja). Dopiero gdy dana osoba uzna swoją słabość i bezsilność otrzymuje szansę na skuteczne zatrzymanie choroby i bezwarunkową abstynencję. Poddaje się, aby wygrać; rezygnuje z pułapki kuszącego samooszukiwania, aby ponownie uczyć się kontroli nad własnym życiem. Akceptuje swoje ‚ja słabe', aby zacząć urzeczywistniać ukryte dotąd ‚ja silne' – pokorne i świadome. Paradoksem jest więc, że dopóki człowiek udaje silnego jest słaby, a gdy już zaczyna zdawać sobie sprawę ze swojej słabości, rośnie w siłę.

Rozdział VII: Sukces – Porażka

„Cokolwiek zamierzasz zrobić, o czymkolwiek marzysz, zacznij działać. Śmiałość zawiera w sobie geniusz, siłę i magię."

Johann Wolfgang Goethe

„Sukces nigdy nie jest efektem słomianego zapału - tu trzeba przejść przez prawdziwy ogień."

James Madison

„Sukces odniesiesz tylko wtedy, gdy sam poszukasz okoliczności, jakie ci odpowiadają; Jeśli nie zdołasz ich znaleźć, stwórz je sobie."

George Bernard Shaw

„Nie bój się przyszłości, a nie czcij przeszłości. Kto boi się przyszłości, kto boi się niepowodzenia, sam ogranicza swoją działalność. Niepowodzenie jest tylko sposobnością do inteligentniejszego rozpoczynania na nowo. Nie ma wstydu w uczciwym niepowodzeniu; wstydem jest bać się niepowodzenia. Co minęło, jest użyteczne tylko o tyle, o ile podaje drogi i sposoby postępu."

Henry Ford

Nikt przy zdrowych zmysłach nie zaprzeczy, że komercyjnie pojmowany sukces stał się nie tylko kluczowym czynnikiem wartościującym człowieka, lecz także esencjalnym ludzkim dążeniem, przynajmniej w obszarze kapitalistycznym. Kultura i ekonomia wolnorynkowa w swoich demokratycznych fundamentach umożliwiają (przynajmniej z założenia) wszystkim obywatelom szansę osiągnięcia sukcesu. Każdy może założyć firmę wykorzystując jakiś znakomity pomysł, niezaspokojoną potrzebę konsumentów, profesjonalną znajomość specyfiki określonej branży, czy chociażby własne pierwszorzędne umiejętności praktyczne. Można także wspinać się po szczeblach kariery w różnego typu organizacjach biznesowych, społecznych, politycznych, ... Istnieje również

sposobność wedrzeć się do panteonu wybitnych twórców lub artystów, do których sława i pieniądze lgną jak szpilka do magnesu. Jednakże nie każdy jest na tyle zdolny, przebojowy, predestynowany lub pracowity, aby sukces tej miary stał się jego/jej udziałem. Czy zatem należy to interpretować, że nie każdy jest w stanie osiągać pomyślne wyniki i zbierać słodkie owoce swoich działań?

Sukces jest odczuciem subiektywnym, przeżywanym przez jednostkę indywidualnie i inaczej niż inni. Ten sam rezultat albo identyczne osiągnięcie stanowi często zupełnie odmienną miarę odniesienia. Dla jednego każda zaangażowana chwila i wytrwałe poświęcenie sprawie jest sukcesem, drugi zaś potrzebuje i wymaga spektakularnych widowisk lub obfitego poklasku. Łatwo dostrzec, iż ten pierwszy sukcesem bawi się i żyje na co dzień, w wyraźnym kontraście do drugiego, którego chlebem powszednim bywa raczej rozczarowanie, frustracje i notoryczne niezadowolenie z siebie.

W naszej polskiej mentalności sukces jest wyolbrzymiany i przeceniany, tym samym stając się nieosiągalnym dla wielu. A przecież nie musi on być utożsamiany z bogactwem, szerokimi wpływami, najwyższym szczeblem kariery czy nieustanną obecnością w świetle publicznych reflektorów i dziennikarskich fleszy. Nie ma tyle miejsc do obsadzenia w biznesowych zarządach, ani pierwszoplanowych ról aktorskich. Nie będzie tylu wysoce wyspecjalizowanych ekspertów, ani światowej klasy sportowców. Liczba miejsc jest ograniczona także w show-biznesie, artystycznej awangardzie, literackim parnasie, rządowym i parlamentarnym gremium, profesorskiej ekstraklasie i w wielu innych socjetach i plejadach. Lecz w żaden sposób nie dowodzi to, że sukces jest atrybutem innych ludzi, będą dla mnie nieosiągalnym. Wprost przeciwnie, sukces to dynamiczne dążenie, a nie stan statyczny lub obraz wyidealizowany. Nawet etymologia tego słowa wskazuje na ruch w konkretnym obranym kierunku (iść do ..., podążać w stronę ..., dochodzić do ...).

Sukcesem jest taka aktywność i zaangażowanie, które zgodnie z oczekiwaniem ukoronowane zostaną pozytywnym efektem. I niekoniecznie dotyczyć to musi ekstremalnych wyzwań, fenomenalnej ekspansji rynku czy monumentalnych

dokonań. Sukces jest doświadczeniem osobistym, szytym na miarę aktualnych możliwości jednostki.

Jak pisałem w swojej pierwszej książce:

Sukces to prawidłowo wbity gwóźdź, jeśli dotąd tego nie robiłeś. To przyszyty guzik, ugotowany smaczny obiad, posprzątany ogródek, napisany wiersz, przeczytana książka, pierwsze uczciwie zarobione pieniądze, ukończenie szkoły, znalezienie dobrej pracy… To także szczera rozmowa, której się bałeś; to asertywna odmowa, jeśli do tej pory ulegałeś; to odważny sprzeciw, gdy wiesz, że masz rację. Sukcesem jest wszystko, w co włożyłeś wysiłek i osiągnąłeś cel. (…) Słowem, sukces to coś świeżego, co jeszcze nie stało się rutyną. Nawet drobne osiągnięcia doświadczane po raz pierwszy są sukcesem. Zbieraj takie dokonania, kolekcjonuj je, a twoje życie zacznie modyfikować swój tor, korygując bilans sukcesów i porażek. W sposób ewolucyjny, nieuchwytny i niezauważalny, niewspomagany dopingiem mechanicznego powtarzania motywacyjnych afirmacji będziesz prawdziwie stawał się człowiekiem sukcesu. Stanie się on integralnym komponentem codziennej aktywności. W działaniu zakończonym oczekiwanym powodzeniem zaczniesz umacniać swoją samoocenę. Żywiony satysfakcją i zadowoleniem zaczniesz wierzyć, że możesz więcej, że jesteś zdolny, że trzymasz ster (Rozwój osobisty kluczem do sukcesu).

Przyjrzyjmy się teraz porażce. Jej koloryt w reprezentacyjnych odcieniach można przyrównać do pejzażu komunistycznej ulicy handlowej. Zamiast barwnych witryn sklepowych, ponętnych reklam i błyskających wielokolorowych neonów – szare elewacje, ponure szyldy i mroczne w swojej komercyjnej ofercie scenerie półek sklepowych. Porażka jako styl życia eksponuje to, co w indywidualnym człowieku przegrane. Żywi się poddaństwem, uległością, marazmem, lękiem, defetyzmem. Jej kulinarną rozkoszą jest ludzka defensywa oraz brak woli walki o piękno swojego życia i osobliwe ideały. Porażka w swojej podstępnej retoryce kusi wizją łatwego życia – bez nadmiernego ponoszenia odpowiedzialności i ryzyka za swoje czyny i decyzje, bez pracy nad własnym charakterem i zasobami umiejętności, bez podejmowania

zobowiązań większych od koniecznych, bez odważnego i heroicznego stawiania czoła przeciwnościom, z myślą i intencją zmiany tych niesprzyjających okoliczności.

Ludzie, którzy boją się popełnić błąd i są zbyt słabi, by podejmować kolejne próby i wyzwania, czasem kilkukrotnie, nie są gotowi na sukces. Ich przeznaczeniem staje się porażka, która paradoksalnie jest ‚bezpiecznym schronieniem'. Nie wymaga odwagi, by dojrzale stawać w swojej indywidualności, zwłaszcza gdy należy płynąć pod prąd oczekiwań i życzeń otaczających ludzi. Nie stawia nadmiernych wymagań umysłowych, odciągając od refleksyjnego myślenia o samym sobie w kategoriach ‚co zrobiłem niewłaściwie?', ‚gdzie brakło staranności / troski?', ‚dlaczego zareagowałem inaczej niż chciałem lub powinienem był', ‚jakiej wiedzy mi brakuje', ‚dlaczego się poddałem', ‚czy wyciągnąłem wnioski z ostatniej sytuacji', ‚czy wprowadzam zmiany w działaniu'. Pytań i kwestii tego typu można cytować setkami. Porażka nie stwarza także większej odpowiedzialności, gdyż po prostu minimalizuje zaangażowanie do tego tylko, co konieczne i nieuniknione.

Należy w tym miejscu postawić linię demarkacyjną pomiędzy porażką jako szeroką rozlaną dekadencką i defensywną postawą wobec świata, a taką, która jest odcieniem nieuniknionym, a wręcz niebagatelnym stygmatem każdego pomnikowego sukcesu. Pomyślność i zaradność w działaniu okupione są zawsze pejzażem minionych potknięć, niedoskonałych posunięć, a nawet jakimś heroicznym kolorytem poświęcenia i wierności sprawie, pomimo przeszkód i trudności. Talent, rzemiosło, wirtuozeria, kunszt, mistrzostwo – to wszystko brzmi jak urokliwa retoryka, ale tej drodze zawsze towarzyszyły porażki, błędy, upadki, zniechęcenia i zwątpienia. Porażka jako nieodłączny element pomyślnych dokonań stanowi swoistą próbę ognia, egzamin z determinacji człowieka w dążeniu do upragnionych celów i zamierzeń. Jest wkalkulowanym ryzykiem i gromadzeniem doświadczenia. Widać to szczególnie w sporcie, gdzie droga na najwyższe podium i laury jest długa, żmudna i wyboista. Zanim pojawią się zwycięstwa w coraz to bardziej prestiżowych występach i turniejach, zawodnicy gromadzą pierwsze szlify przegrywając. Ale właśnie wtedy, gdy z pokorą ustępują pola

lepszym, a następnie jeszcze intensywniej pracują nad zniwelowaniem słabości w wykonaniu swojej sportowej kreacji, urasta ich hart ducha i psychiczna odporność na konkurencyjność. Po kilku latach takiej wyczerpującej pracy, zarówno w sensie fizycznym, jak i psychologicznym, porażka jest już nie tylko cenną lekcją, lecz również zupełnie naturalnym składnikiem sukcesu. Idąc krok dalej, założyć można nawet, że embrionem sukcesu jest akceptująca postawa świadomej porażki. Podobnie ujęli to Antoine de Saint-Exupery: „*Jeśli nie chcesz mieć swojego udziału w klęskach, nie będziesz go miał również w zwycięstwach*" oraz Józef Piłsudski: „*Być zwyciężonym i nie ulec to zwycięstwo, zwyciężyć i spocząć na laurach – to klęska*". Vince Lombardi, legendarny trener futbolu amerykańskiego, akcentuje jak ważne jest wyciąganie wniosków z porażki - „*Upadek podpowiada pytania najtrudniejsze z możliwych. Odpowiadając na nie wyczerpująco i szczerze, więcej się nauczysz dzięki porażce niż sukcesowi*" (Reguły Lombardiego. 26 recept wybitnego coacha).

Ludzie pragną osiągać sukcesy i cieszyć się ich społecznym statusem. Głód osiągnięć, bycia lepszym od innych, od samego siebie wczorajszego, apetyt na trofea i atrybuty jakie stają się udziałem człowieka sukcesu wynikają z centralnej motywacji wewnętrznej. Przeżywane poczucie sukcesu to emocjonalna poezja, pozwala nam bowiem rozkoszować się zadowoleniem, dumą, satysfakcją, rosnącym poczuciem osobistej mocy i sprawstwa, rozkwitem samooceny i pewności siebie. Spełniamy i realizujemy swoje pasje i fascynacje, uczymy się wspinać na coraz wyższy szczebel dokonań i potencjalnych możliwości, stajemy się bardziej przydatni społeczeństwu jako liderzy swojej dziedziny. Oczywiście wyłącznie pod warunkiem, że osiągane sukcesy są zasłużone, owocują korzystnym przekazem dla całej populacji oraz odzwierciedlają wewnętrzną machinę motywacyjną, zgodnie z przesłaniem ‚Sukces pojawi się sam, gdy będziesz wystarczająco długo robił to, co lubisz'. Przywołując słowa Briana Tracy:

Prawdziwy sukces jest efektem odkrycia, co lubisz robić, a następnie zaangażowania się całym sercem, by robić to coraz lepiej. Określenie idealnego rodzaju wykonywanej pracy i kariery

jest niezwykle ważne dla przyszłości i wykorzystania swojego potencjału. (Tracy Brian, Plan lotu. Prawdziwy sekret sukcesu, str.27)

Autor ten podaje także 10 wskazówek, które ułatwiają ustalenie, czy wykonujemy swoją idealną pracę – mówiąc kolokwialnie – ‚taką, do której zostaliśmy stworzeni', do jakiej mamy predyspozycje, zdolności, talenty, umiejętności i pragnienia.

1. Kochasz swoją pracę – jesteś nią zainteresowany i zafascynowany, pociąga cię.
2. Chcesz być doskonały w swojej specjalności, być wśród 10% najlepszych.
3. Podziwiasz najlepszych specjalistów ze swojej branży, chcesz być taki jak oni, by osiągnąć podobny sukces.
4. Chcesz poszerzać wiedzę na temat swojej specjalności – czytać, brać udział w kursach, chodzić na wykłady. Ta nauka nigdy cię nie męczy.
5. Właściwa dla Ciebie praca to taka, której łatwo się uczysz i która nie stanowi dla ciebie problemu. Wykonujesz ją w sposób naturalny, chociaż dla większości jest trudna.
6. Jesteś zaangażowany w pracę, czas nie ma znaczenia. Często zapominasz o jedzeniu, piciu lub odpoczynku.
7. Sukces osiągnięty w tej dziedzinie daje ci olbrzymie poczucie własnej wartości i satysfakcji – jest dla ciebie źródłem najsilniejszych doznań. Nie możesz się doczekać, by ponownie ich doświadczyć.
8. Lubisz myśleć o swojej pracy i mówić o niej, nawet gdy jej nie wykonujesz. Jest związana z całym twoim życiem.
9. Lubisz przebywać w towarzystwie ludzi reprezentujących tę samą specjalność i rozmawiać przy każdej okazji na tematy zawodowe.
10. Tak lubisz swoją pracę, że planujesz wykonywać ją przez całe życie i nigdy nie przejść na emeryturę.

Brzmi pięknie, obietnice kuszące, ale dla kogo osiągalne? Ilu z nas do tego stopnia kocha swoją pracę, że nie opiera się kiedy staje się ona częścią życia prywatnego? Ilu tak rozlegle fascynuje i pasjonuje się swoją pracą, iż priorytetem jest dla nich wzrost wiedzy i umiejętności jako cel sam w sobie, a nie jako narzędzie osiągania

sukcesu? I wreszcie, czy każda forma aktywności zawodowej stanowi potencjalną linię startu do wyższych osiągnięć i bardziej produktywnego zaangażowania? Nie można przecież przyrównywać pracy kelnerki, dla której awansem może być co najwyżej małżeństwo z szefem do przejrzystego i rzetelnie sformułowanego planu rozwoju zawodowego nauczyciela. Podobnie niezręcznie byłoby stawiać znak równości w kontekście prawdopodobieństwa sukcesu zawodowego pomiędzy kierowcą taksówki a urzędnikiem administracji publicznej, szeregowym spawaczem a lekarzem, bazarowym sprzedawcą zatrudnionym na czarno a policjantem. Jednakże nie o to tu chodzi. Po pierwsze, sukces rozpoczyna się wewnątrz – jako mentalne przekonanie i emocjonalne poczucie dobrze wykonanej pracy i zasłużonej, niekłamanej z niej satysfakcji. Gdy tego braknie to nawet najintratniejsze stanowiska są postrzegane i odczuwane jako roboty przymusowe. A więc lepiej podać klientowi w restauracji smaczny obiad, należycie wypełniając swój mały obowiązek, aniżeli z posępną miną i sfrustrowanym nastawieniem uczyć dzieci w szkole. Lepiej wieźć pasażera, sympatycznie po drodze rozmawiając, niż z jękiem i żalem topić się w biurowej rutynie. Po drugie, sukcesem nie jest stanowisko w hierarchii służbowej lub społecznej, lecz subiektywne przekonanie o dopasowaniu charakteru i osobowości do wykonywanej aktywności. Argument trzeci – sukces jest długofalowym, zwykle wieloletnim procesem rozwoju osobistego, a nie statyczną fotografią pojedynczego dnia. Nie można zatem oceniać przyszłości, bazując tylko na aktualnym stanowisku pracy. To ja ostatecznie decyduję czy podejmę dodatkowe wysiłki w celu zwiększania swojej zawodowej atrakcyjności, czy raczej polegnę bez walki na polu bitwy zwanym rynek pracy.

Z łatwością zauważalnym przejawem głodu sukcesu jest klasyczna identyfikacja z wybitnymi w skali globalnej osiągnięciami sportowymi rodaków. Głód ten przypomina zapotrzebowanie na światło słoneczne rozwijającego się pąka kwiatu. Gdy tylko codzienne poranne słońce wschodzi, kwiat ujawnia swoje nieskazitelne oblicze, coraz pełniej odchylając swe płatki. Podobnie kibic sportowy łaknie poczuć choć namiastkę tego splendoru i zaszczytu, który staje się udziałem wybitnego sportowca i rozchyla ‚płatki' nadziei na kolejne

przeżywanie wzlotu idola. Wróćmy pamięcią do serii zwycięstw Adama Małysza, czy choćby barwnych występów Kubicy, Radwańskiej, Pudzianowskiego, Kowalczyk. Byli (i są) dla nas ikonami heroicznego sukcesu, emisariuszami polskiego kunsztu i perfekcji na arenie międzynarodowej. Identyfikując się z nimi wypełnia nas duma narodowa i specyficzna odsłona patriotycznej więzi. Jednak należy sobie uzmysłowić, że zaledwie zapożyczamy aurę ich sukcesu, a blaski i trofea należą do nich. Nie możemy przywłaszczyć sobie czyiś zwycięstw, mimo że dzięki nim może się wzmagać apetyt na swój własny ‚deser', jako że doskonałość innych bywa zaczątkiem i sprężyną przekonania o własnej potencjalnej skuteczności i realnych szansach. Inna sprawa, że wyjątkowi ludzie sportu popularyzują swoje dyscypliny wśród rzeszy dzieci i młodzieży, czym przecierają szlaki dla podążających za nimi entuzjastów i pasjonatów. Zjawisko to naturalnie urzeczywistnia się we wszystkich innych obszarach widowiskowych sukcesów – show-biznesie, sztuce, polityce, działalności wolnorynkowej, ... Koryfeusze i orędownicy zawsze torują drogę i przygotowują przedpole głodnym osiągnięć sukcesorom.

Istnieje stosunkowo dużo dorosłych ludzi, którzy jako rodzice żarłocznie oczekują sukcesu swoich dzieci. Oczywiście zupełnie naturalnym jest, kiedy rodzic chce, aby jego syn lub córka pomyślnie radzili sobie w codziennych zmaganiach i obowiązkach. Bez wątpienia satysfakcja rodzica rozkwita, gdy widzi swoje dziecko zaradne, pomysłowe, kreatywne, zdolne. I jest to zdrowa i pożądana sytuacja. Problem pojawia się wówczas, gdy rodzic w swoim chceniu planuje dzieciom wyraźnie określoną miarę sukcesu, powoli zamieniając je w bezwolne marionetki. Nie zagłębiając się w psychoanalizę konfliktów wewnętrznych tkwiących w osobowości rodzica (a później dziecka) na pierwszy rzut oka już dostrzegamy, że tłem takich oczekiwań jest niedowartościowanie. Za pomocą sukcesów dzieci rodzic chciałby (zwykle na poziomie nieuświadamianym) zniwelować swoje psychologiczne ułomności i zrekompensować sobie własne braki i/lub lichą samoocenę. Innymi słowy, skoro sam nie ma się czym pochwalić, a równolegle pożądliwie potrzebuje uznania i aprobaty znajomych, wówczas to

odpowiedzialnością za dostarczanie uznania obarcza dzieci. Dlatego muszą one uczyć się na 5 i 6, wygrywać konkurencje sportowe, brać udział w konkursach wiedzy lub przynajmniej wzorowo się zachowywać. A kilka lat później, wchodząc w dorosłe życie, nie będą potrafiły konstruktywnie ustawić sobie celu i kierunku dążeń, bo to rodzice o tym decydowali, nie wspominając już o zaburzonej motywacji do rozwoju. Jeśli jesteś rodzicem Drogi Czytelniku, to zanurz umysł w refleksji czy i w jakim stopniu obarczasz dzieci swoim głodem sukcesu. Ja sam również nierzadko ulegam tej pokusie, grając z moim 4 letnim synem w szachy, zwłaszcza gdy przyjemność gry próbuję zamieniać w trening.

Rozdział VIII: Aktywizm – Pasywizm

„Owoc dojrzewa i spada. Człowiek czasami musi upaść, aby dojrzeć.”

Sławomir Kuligowski

„Jeśli twoja aktywność inspiruje innych, by więcej marzyć, więcej się uczyć, więcej działać i stawać się kimś więcej, to jesteś liderem.”

John Quincy Adams

„Człowiek ambitny widzi swe dobro w działalności ludzi innych; miłujący rozkosz we własnym popędzie; człowiek mądry - we własnym działaniu.”

Marek Aureliusz

„Myśleć to działać.”

Ralph Waldo Emerson

Na początek spróbujmy bliżej podyskutować i określić czym jest aktywizm i pasywizm, jak się objawiają oraz typowe ich tendencje rozwojowe. Człowiek aktywny działa przede wszystkich intencjonalnie, ze świadomym zamiarem zrealizowania swojego celu lub przynajmniej istotnego do niego zbliżenia się. Jego poczynania i podjęte działania są przemyślane, obliczone na finalny efekt, a każde wydatkowanie energii (zarówno w postaci umysłowej jak i fizycznej) stanowi cząstkowe i systematyczne dążenie do upragnionego wyobrażenia. Człowiek aktywny gromadzi doświadczenie na podstawie dotychczasowych własnych sukcesów i porażek, interpretując je z rosnącym rozsądkiem. W ten sposób nabywa mądrość życiową, której fundamentem jest wola zmiany otaczającej go rzeczywistości w stopniu osiągalnym. Wreszcie człowiek aktywny uczy się godzić i akceptować sprawy i zjawiska od niego samego niezależne, a koncentruje się na tym, na co ma bezpośredni wpływ, co może zmienić. Angażuje w tym procesie nie tylko pracę i wysiłek same w sobie, ale przede wszystkim znajduje

dalekowzroczne dla nich uzasadnienie, dzięki czemu posiada i nabywa zarazem cierpliwości, wytrwałości i rozmaitych sposobów formułowania celu swojej aktywności.

Pasywizm, w przeciwieństwie do poprzednich rozważań, nie ogranicza się tylko do fizycznego lub umysłowego bezruchu, stagnacji, marazmu, lecz obejmuje również działania podejmowane bez wyraźnie sprecyzowanego celu. Człowiek pasywny jest bierny, a w obliczu trudności i przeszkód czuje się często sparaliżowany i bezradny. Przepełnia go zwątpienie, brak nadziei na lepszy los, niskie poczucie wartości i sprawowania kontroli oraz ogólnie rozlany lęk przed odważną samodzielnością. Człowiek pasywny nie wierzy, że siłą swego rozumu i woli może zrewolucjonizować lub przynajmniej porządnie przemeblować swoje życie. Codziennie oddaje podmiotową wolność i uzależnia się od wtaczanego pod górę kamienia Syzyfa, by w rezultacie doświadczyć kolejnych fal zwątpienia. Pasywizm w swoim złowrogim obliczu oferuje brak radości i zadowolenia z własnej aktywności w najlepszym przypadku, a samotność, niezrozumienie przez innych, depresję w następnej kolejności. Krótko mówiąc, kto nie podejmuje trudu poprawy swojego życia, staje się coraz bardziej bierny.

Co ciekawe, postawa pasywna nie musi oznaczać absolutnego braku działania czy podejmowania wysiłku, a raczej brak zaangażowania w odmianę kłopotliwych okoliczności, problematycznej sytuacji czy ‚niesprzyjającego zrządzenia losu'. Można pracować przez wiele lat, kilka godzin dziennie i nie czerpać z tego tytułu żadnej satysfakcji poza wynagrodzeniem. I to również jest pasywizm. Owszem, można go nazwać koniecznością, bezrobociem, wymagającym rynkiem pracy, brakiem kompetencji lub wykształcenia, ale nie zmienia to faktu, że jednostka w poczuciu przymusu godzi się na to, czego nie lubi, co uznaje za niechciane fatum. Można też trwać całymi latami w toksycznym związku małżeńskim, niby wypełniając w nim swoją rolę małżonka, lecz godząc się na to ze strachu, stajemy się bezwolni w podejmowaniu kluczowych decyzji dotyczących własnego życia. To także jest forma pasywnego trwania. Różnica między aktywizmem a pasywizmem tkwi w reakcji na bieżące wydarzenia i okoliczności. Albo

się dostosowujemy wbrew sobie albo podejmujemy inicjatywę dla siebie.

Niewątpliwie znacząca większość ludzi na pytanie czy spędzają życie aktywnie odpowiedziałaby twierdząco. Prawie każdy woli myśleć, że to co robi jest sensowne i pracochłonne, a on/ona są niedoceniani przez innych. Niewielu jest takich, którzy myślą o sobie, że pracują lekko, bez wysiłku i przemęczenia, jakby mając szczególną taryfę ulgową. Bez względu czy pracujemy fizycznie czy umysłowo, cztery czy dziesięć godzin dziennie, ponosząc odpowiedzialność finansową, wykorzystując siłę mięśni czy podejmując skomplikowane i szalenie wymagające decyzje pragniemy uważać, że wykonujemy ciężką pracę. Mało tego, wielu do tego stopnia przecenia swoją zawodową aktywność, iż porównując się z innymi, stawiają swoją pracę wyżej w skali trudu, zmęczenia, poświęcenia, wysiłku. Młodsi, którzy jeszcze nie pracują, także mają skłonność do wyolbrzymiania swojego zaangażowania, uznając różne aspekty swojego życia za trudniejsze, bardziej krzywdzące lub niesprawiedliwie niedoceniane i lekceważone przez bliskie otoczenie. Krótko podsumowując ten akapit, typowy człowiek swoją pracę i aktywność postrzega i ocenia wyżej, przyznając sobie lepsze noty, więcej punktów, stosuje delikatniejsze kryteria porównawcze, łatwiej się usprawiedliwia, znajduje więcej uzasadnień błędu, przypisuje sobie pozytywne efekty, a za negatywne wydarzenia obarcza zewnętrzne otoczenie. Nastawienie takie objaśniane jest zjawiskiem znanym w psychologii jako atrybucja. Pytania zatem się pojawiają kto i jak oceniać ma aktywizm jednostki, skoro ona sama może łatwo tę ocenę fałszować.

W życiu codziennym regularnie dokonujemy samooceny oraz oceny osób trzecich przez pryzmat wykonywanych czynności. Pełnienie funkcji zawodowych, szkolnych, wychowywanie dzieci, gotowanie obiadu czy choćby wynoszenie śmieci umożliwia tym samym sięgnięcie po utarty i pożądany tytuł człowieka pracowitego. Pracowitego, czyli pełniącego świadomie należne mu obowiązki, godnie dźwigającego na barkach ciężar egzystencji. Skoro więc większość z nas podejmuje działania o tym charakterze możemy stwierdzić jednoznacznie, że jesteśmy aktywni. Wszakże termin aktywny odnosi się bezpośrednio do organizmu podejmującego

działania, wykonującego określoną czynność, wchodzącego w reakcje, interakcje czy pełniącego role. Na przeciwległym biegunie, wyznaczanym przez pasywizm, znajduje się bowiem padół przepełniony nudą i marazmem. Wprawione w ruch mechanizmy obronne z pewnością nie pozwolą na wpisanie się do tej jakże posępnej grupy. Łatwiej, przyjemniej i przede wszystkim bezpieczniej jest równać wzwyż, próbując pospiesznie odnaleźć obszary potwierdzające naszą aktywność.

W tym miejscu musimy jednak przyznać, że bardzo trudnym jest jednoznacznie określić czy i na ile wykorzystujemy własne możliwości. Jak bardzo bywamy czynni i jak często pozwalamy sobie odpuścić, gdy jeszcze tak wiele można by zrobić? Dlaczego gdy jedni nie mogą znaleźć chwili wytchnienia pochłonięci pasjami, inni zastygają w bezruchu, owładnięci poczuciem beznadziei? I przede wszystkim co sprawia, że przyjmujemy taki, a nie inny styl życia?

Próbując to zrozumieć powinniśmy cofnąć się do pierwszych chwil życia. Od momentu narodzin napędza nas bowiem nieokiełznana siła natury. Biologiczny zew dopominający się zaspakajania głodu wiedzy i umiejętności. Zdrowy, nieobciążony ułomnościami i chorobami organizm rozwija się w sprawnym tempie. W pierwszych kilku latach życia skok ten jest najbardziej wyraźny. Początkowo leżące tylko niemowlę, dopominające się krzykiem o zaspokojenie potrzeb, z miesiąca na miesiąc dokonuje łatwo zauważalnych postępów. Wysila i wzmacnia swe mięśnie, by w niecały rok móc samodzielnie się przemieszczać, smakuje i dotyka, poznając świat, obserwuje mimikę twarzy, ucząc się rozpoznawać nastrój i oczekiwania opiekunów. Nigdy później w tak krótkim czasie nie będziemy w stanie zdobyć tylu nowych umiejętności. Znamiennym jednak pozostaje fakt, że zjawisko to dotyczy nas wszystkich. Nikt nie rodzi się pasywny, leniwy czy niechętny. Siły drzemiące w organizmie stanowią bowiem naturalny mechanizm motywacyjny, aktywność zostaje pobudzana instynktem samozachowawczym. W określonym momencie wpływ ten słabnie, a o stopniu i kształcie rozwoju jednostki zaczyna decydować otoczenie. To ono w sposób pośredni i bezpośredni wymodeluje określony stelaż dla indywidualnych cech osobowościowych. Te jakże różne z pozoru procesy posiadają jeden

znamienny cel - mają zapewnić każdej jednostce możliwość przetrwania w określonym otoczeniu ludzkim i środowiskowym. Nie jest więc niczym nadzwyczajnym, że mały mieszkaniec buszu uczy się polować i szukać źródeł wody, gdy jego europejscy koledzy w nowoczesnych szkołach chwalą się podczas przerw komórkami, że Eskimos buduje dom z lodu, gdy my wymieniamy kolejny dywan, czy to, że pigmejska kobieta nie ogląda seriali, a jej mąż nie potrafi prowadzić samochodu. Sytuację kreuje miejsce i czas, a określone warunki życia wymuszają aktywność o danym charakterze. Zresztą gdybyśmy w jednej chwili wymienili się miejscami, zrozumielibyśmy, że nasza codzienna aktywność okazałaby się niezdatna i musiała ustąpić miejsca odmiennym obszarom. Lata studiów, dodatkowe fakultety, szkolenia, znajomość obsługi komputera, talent pisarski czy gra na skrzypcach w tropikalnej dżungli nie zapewnia przetrwania. Polowanie to nie zakupy w hipermarkecie. Przykłady można by mnożyć w nieskończoność, zamierzeniem tego wątku jest natomiast zbliżenie się do zjawiska aktywności. Okazuje się bowiem, że każda podejmowana przez nas aktywność wynika z potrzeb wewnętrznych i zewnętrznych lub też jest wynikiem przymusu.

Świat współczesnego człowieka omawiany w tym kontekście jest naprawdę zawiły. Na przestrzeni lat stworzyliśmy bowiem nowe normy bytu. Znając możliwości, które rozbudzają dotąd nieznane potrzeby, nie chcemy trwać stabilnie zaspokajając minimum, ale podążać do przodu, brać i doświadczać więcej. Realnie podchodząc do tematu należy stwierdzić, że znaczna większość z nas tkwi w punkcie pomiędzy niezadowolonymi i niezdolnymi do działania, a tymi, którzy chorobliwie napędzają się do ciągłej aktywności. Jeżeli zrozumiemy co sprawia, że pomiędzy tymi biegunami istnieją takie różnice, będziemy mogli dowolnie pobudzić lub uśpić naszą aktywność. Może również okazać się, że pośrodku tego układu jest naprawdę wygodnie i nie warto podejmować złudnych wysiłków. Skrajny pasywizm to dysfunkcja, skazanie się na wykluczenia społeczne, marginalizację, biedę czy notoryczne niezadowolenie. Jednak nadmierna aktywność i podejmowanie wciąż nowych działań to również potencjalne zagrożenie, wskazujące na niemożność zaspokojenia własnych potrzeb, rozdęte ego,

chorobę, niezadowolenie z życia, czy brak stabilnego poczucia sensu życia.

W całej tej zróżnicowanej strukturze pierwszym i kluczowym elementem pozostają nasze doświadczenia z dzieciństwa. Wzorce zakodowane w podświadomości, które choć nieuświadomione, odciskają piętno na naszym życiu. Okazuje się bowiem, że wykuwany los jest swojego rodzaju iluzją. Mirażem, który tworzymy oszukując siebie i otoczenie. To jaki kierunek obierzemy, jakie decyzje będziemy podejmować, a nawet jak zakończymy swój żywot w dużym stopniu zostało już zaplanowane. Realizujemy jedynie kolejne sceny scenariusza, którego nie potrafimy odkryć. Problem polega bowiem na tym, że większość naszych pobudek pozostaje nieuświadomiona, a obszar niemożliwy do zidentyfikowania nie może ulec przemianie pozwalającej na pełne wyzwolenie. Rodzice natomiast jako pierwsi i najważniejsi opiekunowie zdają się wnosić największy wkład w tą zróżnicowaną strukturę. Powtarzane przez nich mimowolnie komunikaty w stylu ‘zobacz jaki jesteś mądry’ lub ’czy ty nie potrafisz usiedzieć na miejscu’ itp. stanowią podstawę bieżącej i przyszłej samooceny. Względnie często słysząc takie informacje o sobie, zwłaszcza powtarzające się w określonej sytuacji, dziecko szybko wyciąga znaczące wnioski. Dla przykładu, wychwalany i rozpieszczany malec, który nie ponosi odpowiedzialności za swe czyny dość szybko zrozumie, że jest kimś ważniejszym od innych. Należy przecież natychmiast zaspokajać jego potrzeby, zwracając szczególną uwagę na symptomy niezadowolenia. I wyrośnie zapatrzony w siebie kabotyn i egoista, niezdolny do empatii i zrozumienia innych ludzi. Równie realnie wychować można nieudacznika, agresora, fatalistę, … ale też człowieka zdolnego, pracowitego, odpowiedzialnego, zaangażowanego.

Oczywiście choć podobne sytuacje mają miejsce w milionach domów nie możemy pozwolić sobie na jednoznaczne uogólnienia. Określony wpływ rodzicielski zawsze bowiem natrafia na nowy grunt, który stanowi indywidualna osobowość i temperament dziecka.

Aby powstał prawdziwy skrypt muszą zaistnieć następujące czynniki:

1. nakazy rodzicielskie
2. odpowiednie rozwój osobowości
3. decyzje podjęte w dzieciństwie
4. rzeczywiste ukierunkowanie się na pewną szczególną metodę osiągania sukcesu lub porażki
5. przekonująca postawa (Berne, Dzień dobry i co dalej, s.58)

Sygnały wysyłane przez rodziców pozwalają dziecku na wytyczenie celu życia, wybudowanie określonego stylu przywiązywania się oraz planowanie czasu w taki sposób, aby zadowolić opiekunów. Przy czym musimy pamiętać, że wszyscy aktorzy pozostają w dużym stopniu nieświadomi swych ról oraz ich wpływu na życie innych. Zawiłość tego nakazuje posłużyć się w tym miejscu przykładem. Przyjmijmy, że dziecko X wychowuje się w rodzinie alkoholowej. Pijący ojciec rujnuje jego rozwój emocjonalny, absorbując całą uwagę matki, która bez przerwy powtarza, że alkohol jest złem i należy się go wystrzegać. Moglibyśmy założyć, że w przyszłości dziecko zostanie abstynentem, gorliwie nienawidzącym swego ojca. Najprawdopodobniej, co potwierdzają statystyki, tak się jednak nie stanie.

Dlaczego? Ponieważ podejmując kolejne działania dziecko zrozumie, co należy zrobić, aby zaspokoić swoje potrzeby. Stąd biorąc pod uwagę temperament i indywidualne cechy osobowościowe możemy naszkicować kilka z możliwych wariantów. Po pierwsze, X spróbuje w przyszłości alkoholu i odkryje jego zbawienną moc, która zwraca wyczekiwaną uwagę matki i otoczenia właśnie na jego osobę. Stąd sam z czasem stanie się alkoholikiem jak jego ojciec. I mimo, że w momentach trzeźwienia będzie mówił, że tego nie chciał, w podświadomości dostaje od życia to, na co liczył, czego potrzebował – zainteresowanie sobą. Opcja druga – X zacznie przejawiać inne problemy natury wychowawczej, również zwracając na siebie pożądaną uwagę rodzica i w przyszłości często będzie znajdował się tam, gdzie pojawiają się problemy. Możliwe też, że X stanie się prawdziwym bohaterem, który poświęci swe życie dla matki. Cierpiąc, będzie czuł spełnienie, zapracowany, zajęty pomaganiem poświęci cały swój byt dla innych albo co gorsza skończy jako hipochondryk lub nieudana kopia matki

Teresy, ‚lecząca' uzależnionego partnera. Lub też nasz X napotka mądrego pedagoga, dzięki któremu odnajdzie inne horyzonty i pasje, i wytyczy nowy bieg swojemu życiu, odcinając się od toksycznego wpływu – oby tego właśnie doświadczył X. Jak widać możliwości jest wiele (powyżej wskazano zaledwie kilka wysoce prawdopodobnych) i tak naprawdę okazuje się, że bez pomocy wytrawnego psychoanalityka możemy nie odkryć, co zyskaliśmy w scenariuszu i co sami kodujemy naszym dzieciom.

Zapominamy o sile przekazu płynącego z każdego dnia. Szara codzienność pokazuje bowiem naszym dzieciom czy jesteśmy leniwymi nieudacznikami czy też aktywnymi poszukiwaczami przygód i odkrywcami własnych możliwości. Komunikaty słowne okazują się zawodne, ponieważ jesteśmy przez dzieci obserwowani, z czego nie każdy już chce zdawać sobie sprawę. Rodzic, który całe dnie marnuje przed telewizorem, nie wpoi dziecku aktywnego sposobu spędzania czasu, pomimo opowiadania mu jak ważny w życiu jest sport czy szkoła. Niewerbalne zachowanie rodzica przeczy bowiem wypowiadanemu komunikatowi, prezentując całkiem odmienny wzorzec. Pozornie banalna sprawa, jaką jest spędzanie czasu wolnego, okazuje się więc kluczowym elementem w kształtowaniu postawy aktywnej lub pasywnej wobec życia. Na złożoność pojęcia ‘czas wolny' zwraca uwagę B. Jung, wyróżniając następujące elementy zawierające się w nim:

- elementy psychologiczno – subiektywne, umożliwiające odprężenie psychiczne poprzez rozpatrywanie własnej osoby w aspekcie duchowym,
  religijnym;
- elementy rezydualne, czyli czas pomniejszony o obowiązki zawodowe;
- elementy autonomiczno – osobiste, pozwalające na wykonywanie dowolnych zajęć sprzyjających samorealizacji;
- elementy normatywno – funkcjonalne, chwile przeznaczone na poznanie samego siebie, rozrywkę i bezinteresowne pogłębianie wiedzy;

- elementy behawioralne, czyli wszelkie dodatkowe czynności wykonywane poza pracą;
- elementy ekonomiczne – jako ogół czasu przeznaczony jedynie danej osobie i zaspokojeniu jej potrzeb (Bambol M,, Dąbrowska A., Czas wolny. Konsument, rynek, marketing, str.4).

Czas wolny bowiem dzielimy na bierny i czynny. Bierny rozumiany jako sen i momenty odpoczynku powinien stanowić konieczne minimum wobec podejmowanych dodatkowych czynności. W dzisiejszym świecie bezproduktywne marnowanie czasu jest wyjątkowo łatwe i atrakcyjne. Przecież czy warto się męczyć, gdy z nogami na stole można spędzić pół dnia przed telewizorem, oglądając kolejne seriale lub płytką rozrywkę? Dzieci wychowywane w podobnym modelu z wysokim prawdopodobieństwem powielą wzorzec, wybierając bierność dla swojej przyszłości. Kształt dorosłości przybiera przeciętny przebieg, zdominowany przez konieczność podjęcia pracy zawodowej i określonych ról społecznych. Inaczej bywa jeżeli rodzice w czasie wolnym podejmują dodatkową działalność. Mniej już istotne czy będzie to szydełkowanie, śpiewanie czy budowanie karmników dla ptaszków. Chęć tworzenia, próba poszukiwania i wskazywania dzieciom dodatkowych możliwości stwarza podwalinę wzmacnianego wewnętrzną motywacją aktywizmu.

Jung zwrócił uwagę, iż niektóre funkcje spełniane przez czas wolny są uniwersalne: dla każdego człowieka, w tym element samorozwoju, potrzeba indywidualizmu, potrzeba rozwoju duchowego. Jednostka poprzez wykorzystanie chwil wolnych od obowiązków nie tylko zaspokaja funkcje biologiczne organizmu, ale również bierze udział we wspólnym przeżywaniu, wykonuje czynności mające na celu doskonalenie wnętrza. Czas wolny staje się dla niej afirmacją rosnącego indywidualizmu, który przeciwstawia się codziennej tendencji uniwersalności postaw i zachowań. Wymieniona funkcja rozwoju duchowego to możliwość filozoficznego, religijnego i estetycznego zaangażowania. Stanowi to podstawę głębszego zrozumienia siebie i określenia swej postaci w świecie społecznym. Czas wolny jest więc płaszczyzną

umożliwiającą refleksję, fantazje i marzenia będące często reakcją na stres lub drogą do jego rozładowania (Jankowiak Agata, za Jung B.H.).

Tytułową dychotomię można by także ukazać jako kontinuum zaangażowanie-lenistwo lub wyzwania-pokusy, bo do tego w znacznym stopniu sprowadza się ta relacja. Wyzwania są domeną człowieka aktywnego, starającego się samodzielnie formułować plan i cele działania, w przeciwieństwie do osoby z dominującą biernością, u której mechanizm motywacyjny sterujący zaangażowaniem jest albo zbyt słabo ukształtowany albo w wyniku niesprzyjających doświadczeń został uśpiony. Mógłbym spróbować szerzej odpowiedzieć na pytanie dlaczego jedni ludzie są aktywni i skuteczni, a inni bierni; lub tez o motywację sprawczą tkwiącą u podłoża podejmowanych decyzji. Jednakże ilość zjawisk i procesów zachodzących w psychice oraz ich współzależność są na tyle rozdrobnione i skomplikowane, iż pokornie zrezygnuję z tej ambitnej opcji. Należałoby przejrzyście wyjaśnić style wychowawcze, dynamikę samooceny i poczucia własnej wartości, etapy dojrzałości, czynniki wpływające na autonomię (samodzielność), wewnętrzne konflikty neurotyczne (w tym mechanizmy obrony i ucieczki), procesy poznawcze i sporo innych zagadnień. A zamierzeniem tego rozdziału nie jest podręcznik psychologii. Wolałbym jednak, zamykając ten rozdział, tylko naszkicować typowe formy pokus i wyzwań, Poniższa tabela prezentuje bardzo ogólny zarys i uproszczony podział. Zaklasyfikowanie do jednej z kategorii jest umowne i stanowi punkt widzenia Autora.

POKUSY	**WYZWANIA**
BIERNA ROZRYWKA	AKTYWNA REKREACJA
• lenistwo, marnowanie czasu • telewizja / Internet (jako spędzanie czasu) • pop-kultura • gry komputerowe i aplikacje komórkowe	• sport / aktywność fizyczna • hobby, zainteresowania • taniec • spacer

POKUSY

PSEUDOWSPÓLNOTY

- działalność antyspołeczna, np. kibole, grupy przestępcze, rasistowskie
- religia jako ucieczka w świat alternatywny
- masowe społeczności internetowe

BEZROBOCIE I BEZCZYNNOŚĆ

- bezrobocie jako styl życia i/lub efekt wyuczonej bezradności
- unikanie aktywności zawodowej
- pozoranctwo w pracy lub szkole

UZALEŻNIENIA, KOMPULSJE

- alkohol, narkotyki,
- toksyczny seks
- hazard, zakupoholizm, konsumpcjonizm
- agresja

WYZWANIA

WSPÓLNOTY

- działalność społeczna ukierunkowana na konstruktywny cel, np. wolontariat
- grupy samopomocowe (AA, NA, itp.)
- wspólnoty charytatywne i wyznaniowe
- zdrowe przywództwo

NAUKA I ROZWÓJ

- samodoskonalenie i samokształcenie
- twórczość artystyczna
- rozwój zawodowy
- sztuka, edukacja

FORMOWANIE CHARAKTERU

- zmiana przyzwyczajeń i nawyków
- budowanie zachowań wolnych od uzależnień, profilaktyka
- tworzenie zdrowych relacji rodzinnych i towarzyskich

Rozdział IX: Dominacja – Uległość

„Wszyscy ludzie powinni mieć rozum, serce i energię, tylko – nie za dużo rozumu, nie za dużo serca, nie za wiele energii... Bo co innego jest ustępowanie wszystkiemu i wszystkim, a co innego – narzucanie swojej osobistości. Co innego ślamazarna bierność, a co innego nieuznawanie żadnych praw poza swoimi interesami czy kaprysami."

Bolesław Prus

„Nie skostnieć, ale nie sflaczeć, trwać na posterunku, ale nie stać w miejscu, być giętkim, ale nieugiętym, być lwem czy orłem, lecz nie zwierzęciem, nie być jednostronnym, ale nie mieć dwóch twarzy, trudna rzecz!"

Stanisław Jerzy Lec

„Człowiek przyzwyczaja się do wszystkiego, jeżeli tylko osiągnie właściwy stopień uległości."

Carl Gustav Jung

„Ulegać to nie to samo, co podlegać. Znaczy to oddawać cześć. Mówię o życiu roztropnym, o słuchaniu mądrości własnego ciała. Mówię o ostatecznej inteligencji dobroci, radości."

Anne Rice

Specyfika i złożoność kontaktów interpersonalnych jest niesamowicie różnorodna i ekscytująca. Komunikujemy się pomiędzy sobą z intencją wyeksponowania swojego poglądu lub zamiaru w każdej płaszczyźnie stosunków ludzkich. Od samego momentu narodzin uczymy się tak przekazywać swój komunikat, aby został odczytany zgodnie z adresowanym zamiarem. Oczywiście niemowlęta i malutkie dzieci nie potrafią jeszcze zrozumieć, a tym bardziej zwerbalizować swoich potrzeb, jednak wyposażone są w podstawowe mechanizmy wyrażania emocji pozwalające sygnalizować swój stan fizyczny i psychiczny na elementarnym

poziomie, na przykład głód, ból, radość, smutek, zainteresowanie czymś, więź z matką. Poznawanie, rozpoznawanie oraz nazywanie poszczególnych elementów otaczającego świata staje się możliwe dzięki rozwojowi mowy dziecka oraz jego zdolności percepcyjnych i poznawczych. Zakres i precyzja wyrażanych komunikatów w wieku przedszkolnym i wczesnoszkolnym pozwala już prowadzić ‚emocjonalną' i intelektualną konwersację na poziomie werbalnego zrozumienia, zakładając rzecz jasna prawidłowo rozwijające się dziecko.

Celem komunikacji, zarówno prowadzonej przez dzieci jak i dorosłych, może być tylko podzielenie się określoną informacją. Wówczas obie strony zawężają konwersację wyłącznie do przekazania wiedzy będącej w ich posiadaniu, nie angażując się jednak uczuciowo i emocjonalnie. Przykładem jest prosta rozmowa w stylu ‚która jest godzina – 16.30', ‚gdzie jutro jedziesz – do Pragi', ‚jakie miasto jest stolicą Polski – Warszawa', ‚dzieci są na urodzinach u Beaty'. Sytuacja wygląda zgoła inaczej, gdy przekazując jakąś określoną wiadomość równolegle staramy się wywrzeć wpływ na rozmówcę. Wtenczas komunikacja zostaje wzbogacona o komponent uczuciowego nastawienia do rozmówcy i przedmiotu dyskusji. Dla bliższego wyjaśnienia posłużę się tu cytatem z mojej drugiej książki:

Staje się to zrozumiałe gdy uwzględnimy, że komunikacja sterowana jest emocjonalnością, a więc to nasz szeroko pojęty stan emocjonalny dyktuje formę i bogactwo wyrażania swojej osobowości. Informacje werbalne, czyli wypowiadane słowa, to zaledwie skromny ułamek palety komunikacyjnej. Kluczową treść wyrażamy niewerbalnie w postaci gestów, uników, nerwowych poruszeń i nawyków, mimiki twarzy, wyrazu oczu, napięcia mięśni, postawy ciała, zachowań lękowych lub wskazujących na nieśmiałość, agresję, niepewność, nastawienie otwarte lub skryte, i szereg innych (Rozwój osobisty. Medytacje terapeutyczne, str. 57-58).

Tak więc wypowiadane słowa nierozerwalnie związane są z postawą i nastawieniem podczas prowadzonego dialogu (czasem monologu). Rozmówcy, mniej lub bardziej zdając sobie z tego sprawę, stosują paletę przeróżnych technik i akcji w celu wywierania

na siebie na wzajem wpływu. Ma to służyć wyrazistemu eksponowaniu własnych poglądów, oczekiwań i zamiarów, dzięki czemu realizują oni cele osobiste i społeczne. Te pierwsze dotyczą wykorzystania innych dla swojego dobra, na przykład prośba o przysługę. Cele społeczne natomiast są już mocniej zróżnicowane i mogą być odmiennie ukierunkowane. Obejmują zarówno prospołeczne działania dla dobra innych ludzi jak też przeciwko nim, przyjmując formę presji lub perswazji antyspołecznej.

Człowiek nie zawsze jest zdolny do uświadomienia sobie wywieranego przez siebie wpływu. W jego wewnętrznych przeżyciach i skumulowanych w toku życia doświadczeniach są często zlokalizowane rozmaite konflikty norm i potrzeb, które objawiają się ambiwalencją lub przynajmniej niespójnością pomiędzy sferą ‚chcę' a ‚czynię'. Dlatego też mówiąc o wywieraniu wpływu na innych ludzi należy rozdzielić charakter tego jawny od ukrytego. Jawne wpływanie jest komunikowane wprost, bez ogródek, zapętleń i kamuflaży, bez stosowania manipulacji i nieetycznych zabiegów. Wpływanie ukryte, gdy rozmówca wykorzystuje odpowiednią wiedzę i umiejętności celem wzbudzenia pożądanych zachowań u swojego słuchacza, jest kwestią grząską i śliską. Są okoliczności, które rozumiemy i skłonni jesteśmy przymknąć oko, nawet gdy dostrzegamy lub wyczuwamy manipulację. Przykładem to ilustrującym jest chociażby lekarz, który nie widząc innej możliwości pomocy pacjentowi, w dobrej woli go oszukuje i manipuluje wiedzą tego pacjenta, samemu nie czerpiąc z tego profitów. Jednakże manipulacja stosowana dla własnych egoistycznych korzyści z celowym krzywdzeniem ofiary w postaci przemocy, presji, podstępu, oszustwa – należy już do cynicznych i amoralnych metod wywierania wpływu.

Zanim rozważania obejmą dominację i uległość jako kolejną dychotomię zapisaną w wyuczonym skrypcie dążeń każdego z nas, warto jeszcze naszkicować typowe sposoby wywierania wpływu. Jest to o tyle istotne i uzasadnione, iż i dominacja i uległość należą do sfery wpływania swoją osobowością na zachowania innych ludzi. Cialdini (2004) w swojej książce „Wywieranie wpływu na ludzi" opisuje sześć najważniejszych reguł wpływania: wzajemności, zaangażowania i konsekwencji, społecznego dowodu słuszności,

lubienia i sympatii, autorytetu oraz niedostępności. Z kolei Ewa Stanisławiak w interesujący sposób prezentuje siedem sposobów wywierania wpływu, zaproponowane przez L.S. Wrightsmana. Odbywa się to przez operowanie informacją, nagradzanie pewnych zachowań, przymus, powoływanie się na autorytet, odwoływanie się do wspólnoty, działania prawne oraz bycie modelem. Autorka obrazuje tą klasyfikację przykładem dyrektorki szkoły, która chce wywrzeć taki wpływ na nauczycielkę języka polskiego, aby ta zaatakowała wicedyrektorkę podczas Rady Pedagogicznej. Te siedem powyższych sposobów mogą przybrać następujące formy w podstępnym działaniu ze strony dyrektorki:

- może ona przedstawić liczne argumenty (prawdziwe lub nie) wykazujące błędy w postępowaniu wicedyrektorki – (operowanie informacją);
- może obiecać polonistce za zajęcie właściwej postawy premię – (nagradzanie zachowań);
- może zagrozić, w przypadku niesubordynacji, pozbawieniem tejże premii – (przymus);
- może też dać jej do zrozumienia, że w kuratorium mają poważne zastrzeżenia do wicedyrektorki – (powoływanie się na autorytet);
- może wspomnieć o tym, że inni nauczyciele skarżą się na nią i mają jej dosyć – (odwoływanie się do wspólnoty);
- może wydać polonistce polecenie służbowe krytycznego wystąpienia – (działania prawne);
- wreszcie sama może dać jej przykład i w trakcie zebrania rozpocząć frontalny atak skierowany na niczego niespodziewającą się wicedyrektorkę – (bycie modelem).

(Ewa Stanisławiak, Wybrane problemy psychologii społecznej, 2004, str. 210)

Nawiązując relacje z ludźmi dokonujemy autoprezentacji, czyli eksponujemy te cechy i zdolności (prawdziwe lub fikcyjne), które w naszym oczekiwaniu świadczą o nas pozytywnie. Strategii i sposobów prezentowania swojego wizerunku jest niemało, każdy

ma jakiś indywidualny zamysł i koncepcję na własną ‚promocję'. W akcie autoprezentacji wykorzystujemy nie tylko posiadane (lub przypisywane sobie) cechy charakteru, umiejętności czy predyspozycje, lecz także charakterystyczne insygnia i atrybuty pełnionych ról, w tym stanowisko, stan majątkowy, autorytet, władzę administracyjną, dyplomy, certyfikaty, wyróżnienia, tatuaże, umięśnienie. Zależnie od osobistych skłonności, preferencji i wyuczonych zachowań ludzie chcą być różnie postrzegani. Wśród nich są tacy, którzy lubią być w centrum zainteresowania i uchodzić za inicjatorów lub organizatorów podejmowanych działań. Niektórym wystarcza zasłużony szacunek i uznanie wąskiej grupy ludzi, inni zaś dążą do posiadania szerszych wpływów i możliwości. Środkiem prowadzącym do tego celu może wówczas stawać się awans zawodowy, działalność polityczna lub społeczna, kariera artystyczna lub sportowa, itp. Widać w tym wyraźną tendencję do dominacji i wyróżniania się z tła. Są też ludzie po drugiej stronie barykady, którzy unikają takiej publicznej ekspozycji i nie angażują się w sprawy wymagające aktywnego wpływania na innych. Przyczyny tego mogą być przeróżne i wcale niekoniecznie jest to objawem bierności czy pasywności. Owszem, sprężyną unikania publicznej aktywności często bywa wysoki poziom lęku społecznego i aby nie narażać swego poczucia wartości na chwiejność, bezpieczniej jest pozostać w cieniu. Wielu nie odczuwa potrzeby zmieniania swojego otoczenia i po prostu zamykają się w wygodnym egoizmie lub hermetycznej prywatności, nie podejmując odpowiedzialności społecznej wyższej niż konieczna. Jeszcze inni są doskonałymi wykonawcami powierzonych im zadań i obowiązków, sami natomiast nie chcą lub nie potrafią podjąć samodzielnej inicjatywy. Aż kusi by unikanie ocenić jako uległość, formę wycofania, ustępliwość, bierność, jednak konkluzja taka byłaby częstokroć pochopna i w wielu wypadkach krzywdząca.

Zarówno dominacja jak i uległość nie są zjawiskami, które bezdyskusyjnie można zakwalifikować jako jednoznacznie negatywne lub pozytywne. Nie tyle zjawiska te same w sobie należy wartościować, co raczej ich przejawy i konsekwencje. Klasyczna odsłona dominacji to przywództwo i inspirowanie do pomyślnego

wykraczania poza obecne granice i przeszkody. Dla przeciwwagi, dominacja występuje również w odsłonie agresji i brutalności, kiedy oparta jest na przemocy lub bezwzględnej władzy, nie wspominając już o agresji militarnej. Podobnie z uległością. Jest chwalebna w postaci posłuszeństwa wynikającego z poczucia pokory (nie mylić z upokorzeniem), ale też wzmacnia cykl doznawanej krzywdy, gdy ofiara ulega dominacji sprawcy zamiast się przeciwstawić lub szukać pomocy.

Przejdźmy teraz do dominacji i uległości jako dychotomii, czyli obu tendencji obecnych w człowieku równolegle, choć w różnych proporcjach. Bo przecież nie jest tak, że ktoś jest albo totalnie uległy albo ekstremalnie dominujący wobec wszystkich innych ludzi i w każdej z możliwych sytuacji. Świadoma i podświadoma ocena położenia oraz interpersonalnych relacji z innymi pozwala nam w jakiś sposób się ustosunkować. Gdy mamy poczucie statusu równości, równorzędności i przewagi w istotnych sprawach to raczej skłaniamy się ku dominacji w grupie, bazując na większej wiedzy, kompetencjach, umiejętnościach, wyrazistszej cesze osobowości, bogatszemu doświadczeniu, urodzie, ekspresywności wypowiedzi lub na jakimkolwiek innym atrybucie. I podobnie w stronę przeciwną. Nie mając poczucia zbliżonych kompetencji wobec innych uczestników grupy / społeczności, gdy są oni w czymś lepsi, zdolniejsi, bardziej wpływowi, zaznajomieni z zagadnieniem, sprawniej komunikujący się, to raczej będziemy skłonni uznać ich stanowisko jako wyższe i dominujące wobec naszego. Takich interpersonalnych rozgrywek i roszad na arenie dominacja – uległość odbywamy wiele, począwszy od stosunków rodzinnych, przez koleżeńskie i towarzyskie, po relacje służbowe i zawodowe, polemiki polityczne, spory, przepychanki. Każdy konflikt w swojej specyfice opiera się na przeciąganiu liny – kto okaże się sprawniejszy, silniejszy i zdominuje kierunek ruchu tejże liny. Walka o ten metaforyczny sznur może zostać zatrzymana na mocy akceptacji i porozumienia stron, na przykład w formie negocjacji, arbitrażu, decyzji prawnej, ugody, kompromisu.

Dominacji i uległości uczymy się od wczesnych lat życia. Oto kilka typowych tendencji w telegraficznym skrócie. W zdrowym

i pedagogicznie dojrzałym domu jako dzieci jesteśmy posłuszni rodzicom, później nauczycielom w przedszkolu, w szkole. Jednak gdy styl wychowawczy rodziców i ich rodzicielstwo są chwiejne, niekonsekwentne, a do tego oparte na chłodzie emocjonalnym (nie wspominając już o dysfunkcjach i patologiach), dzieci zamiast posłuszeństwa wobec autorytetu stają się uległe lub agresywne i zaczynają manipulować. Wykorzystują wówczas swe ekwilibrystyczne zdolności manipulacji, nawet emocjonalnego szantażu, często doprowadzając do pożądanej przez nich sytuacji. Rodzice dla ‚świętego spokoju' kupią nową zabawkę, pozwalają długo oglądać telewizję lub
surfować po wirtualnym świecie.

Grono rówieśników to następna skarbnica i warsztat treningowy, gdzie początkowo dzieci, później nastolatkowie praktykują zachowania o charakterze uległości i dominacji. Akceptacja rówieśników to wyjątkowo silna nagroda, która wpływa na sposób zachowywania się, przejmowania opinii i przekonań oraz ogólnego dostosowywania się do określonej grupy rówieśniczej, z którą młody człowiek (dorosły również) chce się identyfikować i do niej przynależeć. Za cenę przynależności i poczucia bycia akceptowanym jej członkiem trzeba przyjąć i przestrzegać panujące w niej zasady i zwyczaje. Problem nie istnieje jeśli jednostka zgadza i identyfikuje się z uczestnikami i celami danej grupy. Natomiast gdy dla przynależności następują zmiany w zachowaniach i usilna próba zaakceptowania nieakceptowanych dotąd norm danej grupy, wówczas rodzi się uległość.

Człowiek staje się dorosły, podejmuje pracę, zakłada rodzinę, wyznacza sobie cele i sens, a w tym wszystkim ciągle próbuje swoich sił w przeróżnych relacjach społecznych – jednym ulega, nad innymi dominuje, po to by ostatecznie uczyć się asertywności i równowagi. Znaczny obszar stosunków z innymi ludźmi ze swojej specyfiki wymusza określone nastawienia o charakterze podporządkowania się – uzasadnionej i konstruktywnej uległości, np. wobec szefa jako zwierzchnika, policji jako służby porządkowej, lekarza jako znawcę ludzkiej anatomii i procesu leczenia, księdza jako ‚reprezentanta' Boga na ziemi (ta ostatnia tendencja podlega wyraźnemu

umniejszaniu). Wiele ról społeczno zawodowych w swoim założeniu polega na pewnym poziomie dominacji jako narzędzia wywierania wpływu. Oprócz wyżej wymienionych mamy jeszcze nauczyciela, kierownika, trenera sportowego oraz wielu innych formalnych i nieformalnych liderów. Miejscem nieobciążonym do tego stopnia konieczną dominacją / uległością jest rodzina. Co prawda przekaz kulturowy mówiący o tym, że mężczyzna jest głową domu wciąż tkwi głęboki w mentalności ludzi, ale jego siła ustępuje na rzecz równości ról małżeńskich i rodzicielskich. A jednak rodziny i małżeństwa są gigantyczną areną dominacyjno-uległościowych przepychanek w różnych formach, od siłowego wymuszania posłuszeństwa, po inteligentne i subtelne przejmowanie inicjatywy. Wszelkie takie gry małżeńskie i rodzicielskie są potrzebnym i ważnym elementem funkcjonowania rodziny, przynajmniej dopóki dominacja nie staje się przemocą.

Rozdział X: Być – Mieć

„Wszystko staje się trudne, kiedy się chce posiadać różne rzeczy, nosić je ze sobą i mieć je na własność. A ja tylko patrzę na nie, a odchodząc staram się zachować je w pamięci."

Tove Jansson

„Nie sztuka powiedzieć: „Jestem!". Trzeba jeszcze być."

Stanisław Jerzy Lec

„Rzeczy, które posiadasz w końcu zaczynają posiadać ciebie."

Chuck Palahniuk

„Jeśli jestem tym, co posiadam i to stracę, czym wówczas będę?"

Erich Fromm

„Mam, więc jestem. Im więcej mam, tym bardziej jestem." – Ego rośnie poprzez zwiększanie swojego posiadania."

Eckhart Tolle

Rozważanie powyższej dychotomii proponuję rozpocząć od wstępnego wyjaśnienia znaczenia terminów być i mieć. Słowo mieć zdaje się nie budzi wątpliwości i bezsprzecznie kojarzy z możliwością posiadania, nabywania, stawania się właścicielem, materialną i namacalną przestrzenią, łatwą do zidentyfikowania. Ale mówiąc mamy przyjaciela, końskie zdrowie, wspaniałego kochanka, szczęście czy wsparcie i akceptację najbliższych, zbliżamy się do sfery niewidzialnych emocji i wewnętrznych przekonań. Obszaru równie, jeśli nie bardziej pożądanego. Bycie, życie lub inaczej istnienie z biologicznego punktu widzenia wyznaczają precyzyjne daty graniczne – od narodzin do śmierci, okres zróżnicowanie długi dla każdej jednostki. Termin 'być' w odniesieniu do gatunku ludzkiego

określa bowiem czynności fizjologiczne, funkcje umysłowe, zdolność tworzenia, wchodzenia w relacje z innymi, czy odczuwanie emocji. Być i mieć tworzą nierozerwalną całość. Bycie wymusza zaspakajanie podstawowych potrzeb organizmu (np. pożywienie, sen), aby mogła zaistnieć sposobność rozwoju formy swego istnienia. Mieć tym samym nigdy nie zaistnieje bez być, martwemu ciału nie potrzeba przecież już nic.

Zagadnienie i uwikłany w to dylemat zaprząta głowy filozofów od tysięcy lat. Esej Ericha Fromma zatytułowany „Mieć czy być" na chwilę rozświetlił umysły, prezentując odmienne sposoby na życie: koncentrację na posiadaniu oraz wzrastanie w miłości. Osadzenie przekazu w realiach ówczesnego systemu sprawia jednak, że niektóre treści wydają się nieaktualne. Bez względu na to warto jednak zauważyć, że wszelkie rozważania pojawiające się na przestrzeni lat zmierzają do podobnego punktu – rozdzielenia przymiotów fizycznych, możliwych do zmysłowego ich uchwycenia od wartości moralnych i cech charakteru. Spektrum 'być' moglibyśmy zaprezentować jako jednostkę B1 – kojącą bez zastanowienia głód, popęd i potrzeby fizjologiczne będące motywatorami kierunku rozwoju lub osobę B2 – wstrzemięźliwą, poddającą kontroli zew biologiczny na rzecz przeżyć wewnętrznych. Analogicznie w obszarze mieć wyróżnimy jednostkę M1 – koncentrującą wszelkie wysiłki na możliwości posiadania i zdobywania przedmiotów materialnych oraz osobę M2 – potrafiącą zaspokoić się koniecznym materialnym minimum, bardziej ceniącą rozwój cech psychicznych własnych i cudzych. Z tak powstałej gromady podążającej za odmiennymi celami wydaje się możliwym stworzenie czterech głównych modeli odpowiadających stosunkowi być do mieć. Osoba odpowiadająca oznaczeniu B1–M1 wydaje się kierować instynktem, zadowalać organizm na rzecz możliwości wzbudzania siły do zdobywania. Otaczanie się przedmiotami redukuje tym samym potrzeby i uczucia wyższe. Wartość danej jednostki zostaje oceniania na podstawie ilości i jakości przybytku materialnego. Poczucie szczęścia i bezpieczeństwa natomiast wzrasta wraz ze świadomością możliwości nabywania kolejnych dóbr. Osoba oznaczona jako B2-M2 wyraźnie cechuje się wrażliwością. Ceniąc wysoce emocje takie jak

miłość, szacunek czy zaufanie stara się modyfikować zachowania własne i dobierać odpowiednich współtowarzyszy. Poczucie bezpieczeństwa budowane w oparciu o stabilizację i przewidywalność ułatwia kontrolowanie chęci posiadania zbędnych dóbr. Dystans do powierzchowności ułatwia zrozumienie i wczucie się w sytuację innych. Osoba B1- M2 słabo kontroluje potrzeby biologiczne, stąd ustawia własne działanie przede wszystkim na ich zaspokojenie, które samo w sobie stanowi materialne minimum pozwalające na uruchomienie sił psychicznych. W sprzyjających warunkach potrafi więc względnie prawidłowo funkcjonować, odczuwając poczucie spełnienia. Przy braku możliwości złagodzenia priorytetowych popędów następuje jednak zahamowanie rozwoju, odbijające się negatywnie na stosunkach z innymi ludźmi. Z kolei osoba oznaczona jako B2- M1 natomiast, sprawnie kontroluje funkcje organizmu, uznając za istotne pogłębianie i analizowanie przeżyć o charakterze wewnętrznym. Nie umie jednak oddzielić poczucia bezpieczeństwa i własnej wartości od posiadania konkretnych przedmiotów. W skrajnej sytuacji potrafi więc ignorować podstawowe potrzeby organizmu na rzecz gromadzenia zasobów umożliwiających nabycie kolejnych dóbr. Całkowita blokada tej sfery skutkuje zaniżeniem samooceny, wzrostem niezadowolenia z siebie i wycofaniem z kontaktów interpersonalnych.

Koncentrowanie się na określonych obszarach wkomponowanych w uznany światopogląd stanowi podstawowy składnik postrzegania. Przyjęte wartości niczym wielostopniowa skala pozwalają oszacować ‘co’ lub ‘kto’ jest dla nas ważny oraz dokonać wyborów pomiędzy różnymi, odmiennymi lub sprzecznymi wartościami. Zasada ta odnosi się do sytuacji prozaicznych jak rozważanie kupna określonego pieczywa oraz kluczowych dla dalszego życia, np. wybór przyjaciół, partnera czy ścieżki zawodowej.

Pośród możliwych do wymienienia i sklasyfikowania wartości odnajdujemy wiele podziałów i klasyfikacji. Począwszy od najprostszej konstrukcji (w: Jankowiak, Krupiński 2012):

- wartości utylitarne - wyróżniane również jako wartości ‚mieć’, mają na celu podtrzymywanie życia i gatunku. Inaczej to

wszelkie zasoby, działania, zdarzenia postrzegane jako konieczne do zaspokojenia podstawowych potrzeb jednostki.
- wartości symboliczne - wyróżniane również jako wartości typu ‚być', pozwalają na realizację indywidualnych potrzeb moralnych, intelektualnych, duchowych czy estetycznych danej jednostki.

Folkierska skłania się w kierunku dziewięciu głównych grup:

- wartości intelektualne, odpowiadające za ocenianie siebie i innych pod kątem zasobów intelektualnych bądź pobudzenia procesów myślowych;
- wartości społeczne, rozumiane jako gotowość do czynnego uczestnictwa w życiu społecznym oraz oceny danej osoby bądź sytuacji jako znaczącej dla rozwoju grupy własnej;
- wartości estetyczne, pozwalające na przeżycia o charakterze estetycznym, wyznaczenie symbolu tzw. piękna czy brzydoty;
- wartości allocentryczne, dostępne dla osób pełnych empatii i altruizmu, nastawionych na spostrzeganie problemów innych i niesienie pomocy;
- wartości prestiżowe, kategoryzujące ludzi na podstawie pełnionej społecznie roli, uznania przez otoczenie, możliwości wyeksponowania dokonań na rzecz prestiżu;
- wartości konsumpcyjno-materialne, umożliwiające wyznaczanie czy manifestowanie pozycji społecznej, ocenianie siebie i innych, czy zyskiwanie poczucia szczęścia i zadowolenia poprzez gromadzenie dóbr materialnych;
- wartości emocjonalne, koncentrujące się wokół możliwości doznawania silnych stanów uczuciowych, te bowiem wydają się najbardziej atrakcyjne;
- przyjemność, jako wartość sama w sobie, zmierzająca do unikania bodźców negatywnych, sytuacji trudnych i męczących na rzecz łatwo dostępnej satysfakcji;
- wartości perfekcjonistyczne, nakazujące poszukiwać nowe obszary działania, odkrywania własnych możliwości, rozwoju potencjału, zmierzające do osiągnięcia ideału osobowego (w: Świda 1979, s. 95).

Jedliński natomiast proponuje rozróżnić wartości:

- transcendentne - jak wiara, duchowość czy świętość,
- uniwersalne - dotyczące dobra i prawdy,
- estetyczne - ujmujące kategorie piękna,
- poznawcze - gromadzące zasoby wiedzy, intelekt czy refleksyjność,
- moralne - będące ostoją sprawiedliwości, honoru czy sposobu pojmowania miłości,
- społeczne - stanowiące nośnik patriotyzmu, solidarności, więzi rodzinnych i międzyludzkich,
- witalne - ujmujące siłę i zdrowie psychofizyczne,
- pragmatyczne - odpowiadające pracy, umiejętnościom. talentom i zaradności życiowej,
- prestiżowe - kumulujące karierę, rozwój, sukces czy majątek,
- hedonistyczne - wywyższające seks, łatwo dostępną rozrywkę i zabawę (w: Półturzycki 2002, s.50)

Jednoznacznie należy stwierdzić, że ustalony system wartości posiada każda jednostka ludzka. Te same kategorie dotyczą nas wszystkich, indywidualne pozostają jedynie hierarchia i proporcje. Ustalana i modyfikowana w ciągu życia nabiera ostatecznie spójności kształtującej podejmowane działania. Pierwotnie wraz z narodzinami zyskujemy bardzo silną potrzebę być. Instynkt samozachowawczy wyznacza kierunek rozwoju, nakazując za wszelką cenę zapewnić przetrwanie organizmowi. Mieć natomiast ogranicza się jedynie do zaspokajania potrzeb fizjologicznych. Najnaturalniejszą sytuacją jest więc wzrastanie osobowości i cech wewnętrznych przy optymalnym, utrzymującym w dobrym zdrowiu kompensowaniu pragnienia mieć. Określone wzorce kulturowe, społeczne, rodzinne oraz osobiste doświadczenie sprawiają jednak, że ostatecznie zaczynamy postrzegać dane wartości i zasoby jako mniej lub bardziej atrakcyjne. Niczym eksperymentatorzy świadomie i nieświadomie badamy użyteczność i zastosowanie poszczególnych wartości, skłaniając się wobec przypisania im pozycji. W całym procesie równie istotna jest obserwacja otoczenia. Nieoceniony wpływ społeczny

podpowiada nam co i jak należy robić lub posiadać, by zdobyć wymarzoną pozycję. Dążenie do wzrostu poczucia ‘ja’, samooceny, akceptacji i współuczestniczenia w szerszej grupie jest jedną z głównych sił napędowych człowieka, stąd znacznie przechyla szalę dokonywanych wyborów. Istnienie mimo swej naturalności nie podlega przecież wyborowi, zostaje nam ofiarowane wraz z bagażem pozytywnych i negatywnych bodźców. Być jest więc zadaniem bardzo trudnym, wymagającym podejmowania decyzji, pokonywania przeciwności, ciągłego poszukiwania drogi do szczęścia. Chwile wytchnienia przerywające szarą codzienność pozwalają nabrać siły, by trwać wierząc, że jutro nadejdzie lepszy dzień.

Od zawsze człowiek próbuje odnaleźć rozmaite sposoby łagodzące ból egzystencjalny. Łatwo dostępne środki pobudzające wolę życia. Tak oto wyrosły największe cywilizacje oferujące sztukę bawiącą duszę i zmysły oraz rynek konsumpcji, gdzie złudne szczęście można kupować na kilogramy. Obecny człowiek, uwikłany w zależności społeczne i ekonomiczne, atakowany jest setkami reklam, bilbordów czy sklepowych wystaw, wskazujących jak dobrze jest mieć. Dobry samochód, własne mieszkanie, pełen portfel czy szafa pękająca w szwach dziś nie stanowi już luksusu dla wybranych, ale obiekt pożądania wszystkich. Swojego rodzaju ‘minimum socjalne’ pozwalające czerpać radość z życia. Filozofowie, mędrcy oraz idealiści stwierdzą, że to jedynie ułuda. Sztuczny i prowizoryczny mur, za którym kryją się mali i słabi ludzie. Wartość ma przecież jedynie to, co nienamacalnie, nie mogące ulec zniszczeniu. Jak trudno jest jednak żyć i rozprawiać wywody nad znaczeniem miłości, szacunku czy współczucia, gdy idea ‘mieć’ zaczyna decydować o naszym przetrwaniu.

Okazuje się jednak, że osoby żyjące w skrajnych warunkach częściej zagłębiają się we własne wnętrze niż dobrze sytuowani czy majętni. Łagodzenie negatywnych odczuć, które nie może odbyć się przez konsumpcję ze względu na brak środków skłania do poszukiwania sensu egzystencji w wartościach ponadczasowych. Umocnienie więzi międzyludzkich, identyfikowanie się z grupami podobnymi odbywa się na zasadzie empatii i głębokiego zrozumienia. Zaskakującym jest, że ludzie pochodzący z klas niższych szybciej

podzielą się z potrzebującym, proszącym o pomoc niż osoby posiadające zasoby materialne. Ci drudzy często uznają biednych za nierobów i nieudaczników. Zachowanie ubogich wypływa z przeświadczenia, że sami w razie potrzeby chcieliby móc liczyć na taką pomoc oraz bezpośredniego doświadczenia problemu. Wzrastająca potrzeba ‚mieć' w podobnej sytuacji nie wynika z rozdymanego ego i niekontrolowanych popędów, ale świadomości dobitnie dowodzącej istnienia niezaspokojonych elementarnych potrzeb. Matka, która wchodząc do sklepu zdaje sobie sprawę, że nie stać jej, by kupić dziecku buty odczuwa złość i niemoc, jaką czują wszyscy, którzy uczciwie pracując nie mogą wykarmić swych rodzin, chorzy bez dostępu do skutecznych leków, wykorzystywani, uwikłani, bezdomni i głodni. Jeżeli po chwili ze łzami w oczach padają w objęcia swym bliskim, powtarzając w głębi duszy, że jest jeszcze za co dziękować, dowodzą jak wielką moc posiada ich ‚być'. Majętni, posiadający i władający przedmiotami, którzy nie muszą (już) w trudzie wykuwać poczucia bezpieczeństwa mogą umniejszać znaczenie wartości takiego ‚być', stwierdzając że wmawianie sobie nadrzędnej wartości uczuć, bliskości czy własnego uduchowienia to jedynie marna racjonalizacja. Niezbyt atrakcyjny trick dla ubogich, obchodzących się smakiem prawdziwego życia. Ich zdanie potwierdza wygoda posiadania, milej i łatwiej jest przecież żyć, gdy wystarcza na wszystko. Nie ma przecież znaczenia, że na świecie z głodu umierają dzieci, a w najbliżej okolicy żyje przynajmniej setka potrzebujących. Przecież taki już jest los, a my nie żyjemy po to, by stać się organizacją charytatywną. I po sprawie – wyrzuty sumienia uśpione.

Nastawieni na ‚mieć' mają jeszcze jednego asa w rękawie. W razie problemów natury wewnętrznej szybko zrekompensują dysonans konsumpcją. Kupowanie nowych atrakcyjnych przedmiotów pozwala wzbudzić uczucie szczęścia i zaspokojenia. Pazerność, chciwość, chęć wznoszenia się nad innych, głód posiadania przechodzący momentami w żarłoczność jest niczym innym jak mechanizmem obronnym. Sprytną sztuczką mamiącą bezmyślnych nowobogackich chamów i skąpców, którzy czują się nadludźmi. Być wyznacza mieć, będące odpowiedzią na każdą potrzebę.

Prawo fizyki, niezmienne dla wszystkich, wskazuje jedną prostą zasadę – im wyższe spadanie, tym boleśniejszy upadek. Nie chodzi o to, by rezygnować ze wspinaczki, lecz raczej mądrze się asekurować i nie liczyć wyłącznie na samowystarczalność. Dygresja ta pozwala skłonić się do wyjaśnienia dlaczego w obliczu przeróżnych sytuacji niektórym łatwiej jest ‚być' i rozwijać się bez znacznego ‚mieć'. Nie tkwić w martwym punkcie, rozdrapując rany, ale odnajdywać chęć i wolę życia w najdrobniejszych szczegółach. Spektrum doznań pozytywnych i negatywnych, gromadzonych na przestrzeni lat zaprawia do walki, hartuje charakter, przygotowując na najgorsze, co może się zdarzyć. Oczywiście pod warunkiem, że chcemy i potrafimy się uczyć. Nie potrzeba bowiem przerabiać na własnej skórze wszystkich ewentualności, z powodzeniem można spróbować współodczuwać problemy innych. W razie kryzysu, który zaskakuje zawsze bez względu na przygotowanie, będziemy posiadać względnie spójny system przemyśleń i wartości, które ułatwią odbudowę utraconej stabilizacji. W odniesieniu do osób cieszących się finansowym bezpieczeństwem, nastawionych na gromadzenie i łagodzenie napięć dzięki otaczaniu się przedmiotami niestety często mamy do czynienia z życiem w ułudzie. Szczelna skorupa mająca odpierać przeciwności zostaje wytworzona dzięki mirażom, złudzeniom, przekonującym, że pewne zdarzenia nas nigdy nie dotkną. W obliczu finansowego krachu, choroby czy rozpadu relacji partnerskich odczuwalne załamanie będzie znacznie wyższe niż u osób na co dzień zmagających się z podobnymi wyzwaniami, jeżeli zabraknie możliwości zastosowania czynnika ‚mieć'. Redukowanie wewnętrznych konfliktów poprzez konsumpcję pozwala jedynie na chwilowe łagodzenie frustracji, napięcia czy lęków. Brak wewnętrznej analizy, przeświadczenia o wartości każdego istnienia, mocy więzi emocjonalnych i chęci nawiązywania uczciwych kontaktów interpersonalnych blokuje rozwój potencjału osobowościowego. Rozbudzenie i zaspokajanie potrzeb mieć nigdy natomiast nie będzie w stanie zastąpić wzrastania świadomości, duchowości i refleksyjności.

Dobitnym potwierdzeniem są największe bolączki i choroby współczesnego świata, które rozpleniły się jak zaraza wraz

z rozwojem zaawansowanej cywilizacji i handlu. Kompleksy, niezadowolenie z siebie, depresje i lęki, rozłamy, uzależnienia. Nigdy wcześniej nie obserwowano również tak wysokiej liczby chorych na depresję czy samobójców. Przebywanie w środowisku przesączonym potrzebą rozdymanego ‚mieć' napawa przerażeniem. Nie mogąc zbliżyć się do kręgu pozornie szczęśliwych posiadaczy, czujemy się gorsi, mniej wartościowi, skazani na porażkę i zapomnienie. Trudno jest przecież, patrząc w lustro, uwierzyć we własną wyjątkowość, wiedząc że niektórzy chadzają w płaszczach, za cenę których przez kilka miesięcy (może lat) moglibyśmy bezpiecznie wyżywić rodzinę.

Łatwo i przyjemnie jest myśleć o sobie korzystnie i uzurpować przywilej postrzegania swoich dążeń jako ukierunkowanych na rozwój osobowości, wtedy gdy mamy pieniądze, które wystarczają na materializację nie tylko elementarnych i niezbędnych potrzeb, lecz także nieco ekstrawaganckich. To dlatego ludzie majętni lub choćby sytuowani w umiarkowanej klasie majątkowej znacznie częściej deklarują się (i faktycznie są) optymistami. W swoim pozytywnym nastawieniu mają skłonność do przypisywania sobie więcej cech dążeń należących do puli ‚być' niż ‚mieć'. Niektórzy wpadają nawet w hurraoptymizm, a swój psychologiczny portret chronią za pomocą fabrykowanej dla własnego umysłu iluzji i fasady. Lecz jak potężnej siły ducha potrzeba, by skoncentrować swoje wysiłki i mentalne nastawienie na kształtowanie i rozwijanie sfery ‚być' w czasie, gdy bilans ‚mieć' jest pod kreską.

Kryzys, utrata pracy lub zdolności zarobkowania, czy galopujące zadłużenie są skuteczną zasłoną dymną rozdzierającą dotychczasową przejrzystość celów i ideałów ‚być'.

Są tacy, którzy z łatwością deklamują, że wystarczy chcieć, aby zmienić własne życie. Drążyć tunele wiedzy, szkoleń, kursów i programów pomocowych, odkrywając utajone talenty. Stawać się lepszym i skuteczniejszym. Problemem jest jednakże jak nauczyć się chcieć we właściwy sposób, zwłaszcza że wszyscy chcą, ale niewielu się to udaje. Sztuka życia polega na realnej ocenie sytuacji oraz uwznioślaniu tych cech i wartości, które dają nam poczucie wzrostu i bezpieczeństwa. Można być pracownikiem nagradzanym premiami,

muzykiem, pisarzem czy astronautą, ale również spełnioną mamą, babcią, sąsiadką czy wolontariuszem, dozorcą lub taksówkarzem. Ważne, aby umieć określić i wykorzystać własne naturalne możliwości w kierunku tworzenia siebie i relacji międzyludzkich. ‚Być' to bowiem nie tylko trwać z dnia na dzień, ale dawać innym, którzy przekażą dalej w nieskończoność istnienia wniesioną przez nas iskierkę.

Utrata wiary w wartości uniwersalne, ponadczasowe, ponadzmysłowe i niemierzalne na rzecz zaspokajania materialnych zachcianek ukazuje oblicze zatracenia – upadku człowieczeństwa wykuwanego niedoścignioną myślą, braterską miłością i duchową siłą. Na kozetkach, fotelach, krzesłach w gabinetach psychoterapeutów czy psychologów, lekarzy dusz i umysłów cyklicznie zasiadają skruszeni. Zasuwając za sobą kurtyny spektaklu powolnie ściągają maski, obnażając prawdziwe, ludzkie zwyczajne oblicze. Mali jak nigdy dotąd z niedowierzaniem wysłuchują, że płomień, który z mozołem należy rozpalać tkwi zduszony w ich wnętrzu. Nie śpieszmy się do grona samobójców i bezdusznych tułaczy, przecież tak łatwo jest się uśmiechnąć i podać rękę słabszym. Samotność jest sprzymierzeńcem bólu egzystencjalnego, kochać znaczy tylko dostrzegać innych wokół.

Rozdział XI: Pycha – Pokora

„Skąd bierze się moja pokora? A stąd, że zasiadam do stawiania znaczków na papierze w nadziei, że coś wyrażę, umiem na tym spędzać całe dnie, ale kiedy postawię kropkę, widzę, że nie wyraziłem nic."

Czesław Miłosz

„Pokora otwiera spojrzenie duchowe na wszystkie wartości świata. Ona, która zakłada, że nie ma zasługi, a wszystko jest darem i cudem, powoduje, że człowiek wszystko zdobywa. Pokorny - staje się natychmiast duchowym bogaczem."

Max Scheler

„Dobrze zrozumiana nauka chroni człowieka przed pychą, gdyż ukazuje mu jego granice."

Albert Schweitzer

„Pycha jest zwierciadłem, które zawsze schlebia: pomniejsza nasze wady, powiększa nasze cnoty."

Montekiusz

Zawarte w temacie rozdziału terminy swe korzenie oraz nośnik znaczeniowy zawdzięczają przekazowi biblijnemu. Święta Księga jasno wskazuje jakimi cechami odznacza się jednostka prezentująca jedną z tych przeciwstawnych postaw. Pycha, równoznaczna wyniosłości, odnajduje swe miejsce pośród siedmiu grzechów głównych. Jako siedlisko i początek wszelkiego zepsucia prowadzi do upadku ludzi pokładających nadmierną wiarę we własne siły i możliwości. Wynoszących się ponad innych, obnoszących własnymi talentami i dokonaniami, gotowych ponizać, obrażając Boga. Jak mówi Księga Przysłów „*Obrzydłe Panu serce wyniosłe, z pewnością karania nie ujdzie*" (16,5). Chrystus wielokrotnie potępia i piętnuje pychę, zaznaczając „*Każdy bowiem, kto się wywyższa, będzie poniżony, a kto się poniża, będzie wywyższony*" (Ewangelia Łukasza

14,11). Wspomniane poniżenie, zasługujące na najwyższą nagrodę, odnosi się do pokory. Fundamentalnej cnoty rozumianej jako uznanie wyższości Pana i uniżenie się przed jego mocą. Zaświadczanie wewnętrzną i zewnętrzną postawą, że Bóg jest najwyższą wartością, bez której niczego nie może dokonać niedoskonały człowiek. Pokora to również zrozumienie grzechów własnych i innych, cichość, niezłomność w doskonaleniu duchowym oraz czerpana ta drogą równowaga i radość istnienia. Warto jednak zaznaczyć, że zewnętrzne oznaki mogące wskazywać na pokorę już w Biblii były rozpoznawane jako fałszywe i złudne, karmione niepokojem, brakiem zrozumienia i przebaczenia.

Stosowane w języku potocznym terminy pycha i pokora nie odbiegają znacznie od pierwowzoru. Wskazują pozytywne i negatywne cechy charakteru, mające charakteryzować określone zachowania. Człowiek przepełniany pychą przesadnie wierzy we własne siły, wynosi się ponad innych, często traktowanych przez niego jako gorszych lub mniej wartościowych. Prezentowana wyniosłość może mieć związek z dorobkiem, który pragnie się podkreślać lub też jest kompensacją negatywnych doświadczeń i poczucia niższości doznawanego w przeszłości. Pokora natomiast, odchodząc od boskiej interwencji, odwołuje się do przekonania o własnej ograniczoności i równości wszystkich ludzi. Pokora pozwala czerpać zadowolenie z siebie takim, jakim się jest, pełnym wad i zalet oraz z obcowania z innymi, równie niedoskonałymi.

Ludzi, których postawy nasycone są pychą określamy mianem pyszałków, bufonów, zarozumialców, kabotynów. Zawyżają i wywyższają oni swoje zasługi i dokonania, oczekując z otoczenia podziwu i uznania dla siebie. Z normalnych spraw i wydarzeń potrafią czynić wielkie historie, akcentując swój niezwykły w nich wkład i udział. Pozytywne dokonania innych są dla nich natomiast konkurencyjnym zagrożeniem, gdyż odbierają część ‘światła z reflektorów’. Dlatego starają się je umniejszać i przesuwać w cień uwagi towarzyskiej lub publicznej, często przy okazji piętnując i szydząc. Polityka w kontekście walki międzypartyjnej pełna jest takich ekscesów. Ludzie pyszni są zapatrzeni w siebie jak astronom w gwiazdy i pragną podziwiać swój blask. Ich zdolność do

samokrytycyzmu jest znikoma, ale za to chęć i gotowość do krytykowania innych bardzo wysoka, bez względu na obszar, której dotyczy. Nadmuchiwane latami przeświadczenie o swojej niezależności przeszkadza zobaczyć innych jako równoprawnych partnerów interakcji. Nie stać ich na wdzięczność, bo wszystko zawdzięczają sobie, co zresztą często podkreślają. Współżycie z nimi, jako rodzina, współpracownicy czy znajomi może być trudne i w dłuższym okresie niemal zawsze prowadzi do poważnych nieporozumień i konfliktów. Narysowany w tym paragrafie portret jest co prawda bardzo ostry, bez pobłażliwości, jednak dzięki temu pozwala wyraźnie dostrzec pychę jako składnik osobowości.

Poza powyższą, sztandarową fotografią pychy, występuje ona także w innych postaciach, ukryta pod maskami. Pychą jest także ‘gra w pokornego’ jako wyłudzanie zainteresowania za pomocą emocji współczucia lub litości. Osoby ją uprawiające eksponują swoje nieszczęścia i boleści publicznie, w gronie towarzyskim lub rodzinnym, po to, aby skupić na sobie uwagę i zainteresowanie pod przykrywką osobistego problemu. Nie chodzi o to, by ktoś im pomógł, bo zwykle wpływ na te problemy jest ograniczony i mają charakter wieloletni, lecz raczej by współczuł, podziwiał wytrwałość, gloryfikował cierpienie zainteresowanego. Osoby te w swoich opowieściach nie zawsze są nudne, bywają tacy, którzy do perfekcji opanowali sztukę manipulacji i są naprawdę przekonujący i interesujący. Nie zmienia to wszakże ich nieświadomych motywów i intencji – chcą być postrzegani jako wzór do naśladowania lub chociażby ikona męczeństwa. Niektórzy nawet mocno akcentują swoją ‘pokorę’, albo wprost o niej mówiąc, albo żonglując synonimami. Absolutnie nie namawiam Czytelnika, aby każdemu, kto mówi o swoich cierpieniach i problemach natychmiast przyklejać etykietę pychy, a już szczególnie oszczędnym w ocenie trzeba być, gdy kogoś znamy krótko lub wcale. Takie zachowanie może być zwykłym gadulstwem albo tematem zastępczym, gdy ta osoba nie potrafi rozmawiać o czymś innym.

Zaskakującą przestrzenią, gdzie już z łatwością dostrzec można pychę jest religia i kościół. Wielu wierzących, zwłaszcza starszego pokolenia, przywiązuje do obrzędów i rytuałów religijnych duże

znaczenie, aż przesadne. Kierują się przeświadczeniem, że Bóg wynagrodzi ich starania i modlitwy, ponieważ należycie wypełniają swoje obowiązki wiernych. Wiara w ich wykonaniu to forma autoprezentacji, której celem jest pozyskanie przychylnej opinii o sobie ze strony Boga, sąsiadów, księdza, współwyznawców. Wielu w sposób pyszny i próżny uzurpuje sobie prawo pouczać i moralizować innych, czerpiąc przy tym poczucie wyższości, jakby posiadali wyłączną obietnicę zbawienia. Paradoksem jest, że ich wiara to zabieg formalny i sprowadza się do odklepania pacierza, przestrzegania piątkowego postu i odhaczenia niedzielnej mszy świętej, podczas gdy przykazania miłości bliźniego i prawdy nie są już takie atrakcyjne, by uczynić je centralną doktryną swojej wiary. Co więcej, taka religia jest wyuczonym kulturowo scenariuszem i płynie z wewnętrznego poczucia obowiązku a nie chrześcijańskiej gorliwości. To pycha nieświadoma, co czyni ją szczególnie trudną w identyfikacji. Na tym zamykam ten paragraf, bo dostrzegam, że sam popadam w pychę, obnażając takie słabości.

Nie sposób tu opisywać wszystkich możliwych postaw z dominującą pychą. Jest ona obecna w uprzedzeniach, stereotypach społecznych, sekciarstwie, rasizmie, fanatyzmie. Zatem wrócę trochę do pokory i kilku krótkich spostrzeżeń wokół niej. Przede wszystkim należy ją odróżnić od upokorzenia, które jest wynikiem nieprzyjemnej lub wrogiej presji wobec innej osoby. Ale już dobrowolne przyjęcie tego upokorzenia, zwłaszcza gdy można jemu się przeciwstawić, jest pokorą. Czym innym jest również uległość, która sprowadza się do konformizmu, lęku lub zwykłego tchórzostwa. Pokora to zdrowe i dojrzałe podporządkowanie się wyższym instancjom w relacjach zależności, co zilustrować można przykładem pacjent-lekarz, zakonnik-przeor, uczeń-nauczyciel. Jest aktywnym składnikiem czynu, gdy szczerze i uczciwie kogoś przepraszamy, szczególnie jeśli przeprosiny te są trudne i trzeba zdobyć się na odwagę, przyznać do zawstydzenia. Jej obecność jest też ewidentna, kiedy stajemy w obliczu poważnych kłopotów czy problemów, wiemy że sytuacja nas przerasta i że jesteśmy zbyt słabi, by ją zmienić. Pokorą jest wówczas akceptujące oczekiwanie, przy braku możliwości bezpośredniej ingerencji i kontroli, jak w obliczu

ciężkiej choroby. Wbrew powszechnemu przekonaniu, pokora nie jest uległym poddaństwem, a wręcz przeciwnie – wymaga dużo odwagi i wysokiej samoakceptacji. Tylko człowieka, który wie, że jest zależny, stać na prawdziwą pokorę.To dar.

Rozdział XII: Wiara – Ateizm

„Czasami mnie diabeł kusi, by uwierzyć w Boga.”

Stanisław Jerzy Lec

„Ludzie potrzebują wiary w bogów, choćby dlatego, że tak trudno jest wierzyć w ludzi. Bogowie są niezbędni.”

Terry Pratchett

„Człowiek staje się ateistą, gdy poczuje się lepszy od Boga.”

Fryderyk Nietzsche

„Za ateizmem przemawia wiele argumentów. Więcej niż za religią. W gruncie rzeczy to logiczne, żeby być ateistą. Tak jak logiczne i rozumne jest to, żeby się nie zakochać... A przecież ludzie nie są w tym wypadku logiczni. Na szczęście.”

Józef Stanisław Tischner

Mówiąc o wierze najczęściej myślimy o religii i wyznaniu i w przeważającym stopniu ten rozdział tego dotyka, chociaż wiara nie jest zarezerwowana wyłącznie w odniesieniu do Boga, jakkolwiek rozumianego. Jest rodzajem wewnętrznego przekonania, opartego raczej na intuicji niż posiadanej wiedzy. Jeśli mamy wiedzę to wiemy i znamy coś, natomiast wierzymy wtedy, gdy przypuszczamy i uznajemy coś za prawdopodobne. Abstrahując od sfery metafizyki boskiej, wierzymy w różnorodne rzeczy i zjawiska, prawdziwe i iluzoryczne, nieszkodliwe i groźne. Wiara leży u podstaw stereotypów i kulturowo transmitowanych tradycji. Kiedyś wierzono, że czarni rodzą się tylko po to, by służyć białym, bo nie są na tyle inteligentni, żeby sprostać wymaganiom postępu. Propagandyści Hitlera wierzyli, że rasa aryjska jest uprawomocniona, by rządzić światem. Ludzie wierzą w pozaziemskie cywilizacje dokonujące odwiedzin Ziemi w niezidentyfikowanych obiektach latających, w Atlantydę, w biblijną wersję stworzenia świata, w ingerencję

duchów, w życie pozagrobowe, w reinkarnację, w nieograniczone możliwości umysłu ludzkiego, w anioły i demony, w fatum i przeznaczenie, w przepowiednie wizjonerów i jasnowidzów, ... i tak wymieniać można bez końca, bo niektórzy wierzą nawet w bociany, krasnoludki, jakieś dziwaczne teorie spiskowe, czy inne niesłychanie nieprawdopodobne historie.

Nie ma osób, które w nic nie wierzą, bo nawet brak wiary jest wiarą. Zadeklarowani ateiści twierdzą, że Boga nie ma, a zatem skoro nie wierzą w jego istnienie, to wierzą w jego nieistnienie. Wiara jest potężną siłą uruchamiającą mechanizmy emocjonalne, silne przekonania i wynikające z nich odpowiednio ukierunkowanie postępowanie. Zachowujemy się i funkcjonujemy zgodnie z funkcją wiary. Dlatego mądry człowiek skrupulatnie przygląda się w co wierzy i w razie wątpliwości weryfikuje ją. Bezpiecznie jest wierzyć, że na przykład człowiek może się zmienić, jeśli tego pragnie i potrzebuje, że krzywda wyrządzana innym w jakiejś formie do nas wraca, że wojny nie są dobrym sposobem na utrzymanie pokoju, że ... Ale już dyskusyjne, gdy wierzymy, że celem i sensem życia są pieniądze, że wszyscy ludzie są źli, że życie jest piekłem, że nikt mnie nie kocha, że jestem bezwartościowy. Takie podłoże jest groźne, bo jak sam Chrystus oznajmił, a naukowa psychologia potwierdza: „*Niech wam się stanie podług wiary waszej*".

Wiara w istnienie sił wyższych, nieokiełznanych i trudnych do zrozumienia towarzyszy ludzkości od zarania dziejów. Już ludzie pierwotni, niepotrafiący określić i nazwać własnych odczuć, pochylali się w trwodze, gdy czarne niebo rozrywały błyskawice, a dmący wiatr zapierał dech w piersiach. Poczucie własnej niższości, niedoskonałości i śmiertelności nakazuje poszukiwać odpowiedzi. Zbliżyć się niepewnym krokiem do metafizycznej mocy, zarysować jej oblicze, licząc nieśmiało na łaskę mogącą ukoić rozterki i boleści. Nawoływani jękiem pokornych, gotowych przyjąć nauki, z chaosu rodzą się bogowie. Istoty nieśmiertelne, władające siłą mogącą niszczyć i tworzyć. Darczyńcy, miłujący ponad wszystko niedoskonałe formy życia, mocarni tytani budzący odrazę oraz krwiożercze bestie łaknące krwi swych poddanych. Nad ziemią górują dobre i złe

demony. W Grecji na czele panteonu staje Zeus ciskający piorunami, w Skandynawii Tor, słowiańskie tereny zamieszkuje Ziemowit i jego świta. Wszędzie pojawiają się mniejsze i większe bóstwa o imionach trudnych do wymówienia i zapamiętania. Przekazywane z pokolenia na pokolenie wierzenia kształtują tradycje, obyczaje i obrzędy. Ostatecznie objawia się Bóg prawdziwy, wskazujący gniazdo Szatana, żądający odrzucenia guseł i zabobonów na rzecz prawdy i życia wiecznego. Zakorzenione w umysłach schematy trudno jednak zwalczyć, stąd surowa kara spotka ludzkość, nim ziemie odwiedzi mesjasz, syn Boży, odkupiciel grzechu i winy. Księga nosząca nazwę Biblii od tej pory wyznaczy najsilniejsze odłamy religijne na świecie. Jej przekłady i próby zrozumienia będą bardzo różnorodne, jednak wiele wątków odnajdzie potwierdzenie na całym świecie. O człowieku stworzonym z gliny mówili już bowiem Majowie, mitologia gwatemalskich Indian wspomina o potopie, a wszystkie wierzenia zawierają wątek powstania świata z chaosu.

Obecnie nadal nie istnieje jeden powszechnie uznany odłam religii, czyli wiary w istnienie Boga lub Bogów, połączony z określonymi praktykami. Przemiany światopoglądowe, rozwój nauki i postrzegania wpłynął bowiem na powstanie licznych odłamów cieszących się różną popularnością. Należy jednak jednoznacznie stwierdzić, że większość ludzi wierzy, choć odmienne postrzega i określa sferę sacrum. Ateiści stanowiący mniejszość bardzo silnie kontrastują z tą jakże liczną grupą, zaprzeczając istnieniu jakichkolwiek istot wyższych. Powstaje więc pytanie – kto ma tak naprawdę rację? Dlaczego ludzie pragną wierzyć lub odrzucają świat metafizyczny i przede wszystkim co zyskujemy lub tracimy dzięki uznaniu określonego światopoglądu?

Na początek warto przyjrzeć się wrastaniu w wiarę. Określona religia zostaje nam bowiem w pośredni i bezpośredni sposób narzucona przez kulturę. Wspólne powielanie rytuałów i obrzędów stopniowo umacnia przekonania, budując podwaliny głębokiego przeżywania. Jak stwierdził Luter „*Bóg i kult tworzą wzajemny związek, jedno nie może żyć bez drugiego, gdyż Bóg musi być zawsze Bogiem jakiegoś człowieka lub ludu*”. Mistycyzm płynący z określonych praktyk

religijnych, powtarzanie modlitw, które jak magiczna mantra wprowadzają w trans, czynny udział w życiu społeczności kierującej się określonymi prawami religijnymi przyczynia się tym samym do wewnętrznego uznania prawdziwości nawet najbardziej irracjonalnych poglądów. W sprzyjających warunkach nie zwątpimy, zaprzeczając istnieniu Boga. By zrodził się ateizm potrzebna jest bowiem możliwość wyboru i poznania. Wiele głęboko wierzących osób może oczywiście poczuć się obrażonymi i w akcie obrony własnych przekonań powiedzieć, że wiara jest świadomym wyborem potwierdzonym w dorosłym życiu. Jeżeli jednak weźmiemy pod uwagę kulturę oraz czas i miejsce, w którym się znajdujemy, zauważymy pewne znaczące przesłanki. Przecież gdybyśmy urodzili się w afrykańskim plemieniu kultywującym religię pierwotną nasz rytm życia wyznaczałyby prawa natury i zamieszkujące je bóstwa.

Dopiero gdyby na horyzoncie pojawił się miłosierny misjonarz wskazujący nową ścieżkę, zdalibyśmy sobie sprawę, że jednak można inaczej. Podobnież ciężko byłoby głosić własne poglądy i zadawać niewygodne pytania pośród islamistów gotowych kamieniować niewierne żony. Socjalizacja bezspornie pozostawia w nas spuściznę modelującą całe życie. Nie mogąc zaplanować wcześniej, że urodzimy się w Indiach, Ameryce, Japonii czy Izraelu, lub czy rodzice nas ochrzczą, obrzezają czy wydadzą za mąż w wieku kilkunastu lat, nie możemy też wybrać innej religii, przynajmniej jako dzieci.

Najwięcej ateistów, jako tych otwarcie deklarujących brak wiary w istnienie Boga, a nawet jakichkolwiek praw metafizycznych zamieszkuje kraje wysokorozwinięte. Religijni fanatycy natomiast wzrastają najczęściej w skostniałych i sztywnych kulturach, gdzie polityka państwa musi ustępować miejsca wyznaniu. Znaczna populacja ludzkości przyznaje, że wierzy, lecz nie praktykuje. Oznacza to, że modyfikujemy religię dla własnych potrzeb. Czy bowiem każdy chrześcijanin uważa, że seks przedmałżeński jest grzechem, stosowanie antykoncepcji policzkiem wobec cudu narodzin, a każdą winę należy wybaczyć? Czy każdy chodzi regularnie do spowiedzi, a w każdą niedzielę na mszę? Wybieramy z doktryny wiary to, co wygodne i bezpieczne.

Pomimo tego, typowy chrześcijanin posiada głębokie przeświadczenie, że Bóg wybaczy mu naganne postępki, dopuści do stołu pańskiego i wspomoże w ciężkiej chwili. Podobne myśli mają również wyznawcy pozostałych religii. Wiara jest bowiem wewnętrznym poczuciem i przekonaniem o istnieniu i udziale siły Boga, który jest obecny w każdej chwili życia. Osoby wierzące nie są więc zdane jedynie na własne siły. Niewidzialna ręka wspomaga każdy czyn, ułatwiając pokonywanie trudności, a nabyte w toku edukacji zasady moralno-etyczne wskazują pożądaną ścieżkę. Ateiści odrzucający takowe poglądy pozostają w o wiele bardziej skomplikowanej sytuacji. W czasie kryzysu mogą liczyć tylko na siebie i innych niedoskonałych ludzi. Wydaje się więc bardziej bezpiecznym uznać istnienie Boga i wyjść z założenia, że ludzie na całym świecie nie mogą ulęgać masowemu złudzeniu. Niewierni nie odczuwają jednak takiej potrzeby, ponieważ innymi sposobami zapewniają sobie wsparcie i poczucie bezpieczeństwa. Ich zdaniem nauka już dawno odkryła większość zjawisk, pozwalając wyjaśnić je prawami fizyki czy chemii. Modlenie się więc gdy boli nas głowa jest niepotrzebne; wystarczy sięgnąć po tabletkę, a w chwili pogorszenia należy iść do lekarza, nie zaś kościoła czy mekki. Niemożność zgromadzenia namacalnych i jednoznacznie przekonujących dowodów na istnienie Boga skłania ich w kierunku afirmacji myśli Roberta Pirsiga, mówiącej „*Jeżeli jedna osoba ma jakieś urojenia nazywamy to szaleństwem. Jeżeli wiele osób cierpi na to samo urojenie nazywamy to religią.*” Życie udowadnia im, że w zasadzie w wielu sytuacjach Bóg okazuje się zawodzić. Wojny, choroby, umierające niewinne dzieci to zaledwie kilka z licznych przykładów, których można mnożyć bez końca. Bo przecież czy miłosierny, wszechmocny Stwórca pozwoliłby tak cierpieć swym owieczkom? Przyjęcie racjonalizmu i sceptycyzmu nakazuje widzieć świat takim, jakim jest, odrzucić mistycyzm i wykorzystać maksymalnie siły, które dał nam biologizm. Wykuwanie szczęścia własnymi dłońmi naznaczone zostaje często skrajną samowystarczalnością czy wyparciem głębszych uczuć wyższych.

W codziennym życiu schemat ten zdaje się sprawdzać. Zabiegani i pochłonięci obowiązkami zapominamy często o boskiej interwencji i sile wiary. Wszechobecna technologia, nowoczesne trendy w kulturze, kult sławy i żądza posiadania oddalają bardziej niż kiedykolwiek od tkwiących w martwym punkcie doktryn. Religia zaczyna jawić się jako przeżytek, element nie mogący wpasować się skomplikowaną układankę dążeń. Człowiek dokonuje rzeczy dotąd niemożliwych, wymienia schorowane lub uszkodzone narządy wewnętrzne, ratuje życie wcześniaków maleńkich jak dłoń, ujarzmia żywioły, eksploruje wszechświat, czy konstruuje bomby mogące wyeliminować rodzaj ludzki z powierzchni ziemi. Ludzka istota zdana na łaskę swych bogów dzięki nauce i doświadczeniu zyskuje moc nieznaną nigdy wcześniej. Natura nie decyduje już tak często o tym, kto i jak długo ma żyć, lecz człowiek dążący zawzięcie do odkrycia sekretu nieśmiertelności. Sfera sacrum odarta z kolejnych tajemnic kurczy się wprost proporcjonalnie do wzrostu zasobów wiedzy i umiejętności homo sapiens. Zjawisko to stanowi jedną z głównych przyczyn słabnącego wpływu religii w krajach wysokorozwiniętych. Czując się częścią systemu społecznego mogącego zaspokoić nasze potrzeby, wypieramy konieczność korzystania z pomocy nienamacalnych sił metafizycznych. Brak ciągłego kultywowania nie oznacza jednak słabnącej wiary. Zakodowane w podświadomości wewnętrzne przeświadczenia opierają się skutecznie zewnętrznym zmianom. W krytycznym momencie osoby wierzące prawie automatycznie zwracają się w kierunku Boga. Modlitwa o charakterze prośby czy dziękczynienia, ułożona często z najprostszych słów, pozwala wyzwolić pożądane emocje umożliwiające przejście ze stanu załamania do kojącej ciszy, nawet ekstazy. Aż do ekstremum, gdzie okaleczający swe ciała męczennicy potrafią nie odczuwać bólu, mnisi mogą obyć się bez jedzenia i wody wiele dni, karmiąc ciało jedynie medytacją. Spektakularnych przykładów ze wszystkich stron świata można przytoczyć bardzo wiele, Wskazanie ich ma tylko na celu podkreślenie, że to właśnie wiara pozwala dokonywać rzeczy pozornie niemożliwych.

Fenomen ten jest wpisany w historię narodu polskiego, który nie poddał się w żadnym momencie, pokładając nadzieję w Bogu.

Bogurodzica prowadziła wojaków do zwycięstwa pod Grunwaldem, wiara w opatrzność pozwoliła trwać, gdy ojczyzna zniknęła z mapy świata czy odbudować państwo po I i II wojnie światowej. Ta sama siła umacniała czarnych niewolników, syryjskie rodziny, Żydów wiezionych do komór gazowych i wszystkich tych, którzy walczą o przetrwanie w rzeczywistości rządzonej ludzkim niedoskonałym prawem. Głęboka wiara pozwala na pełną mobilizację nawet najbardziej wycieńczonego organizmu, wyzwolenie zdarzeń przeczących znanym prawom nauki, kroczenie wbrew instynktowi samozachowawczemu. Wydaje się również nie mieć znaczenia jakie imię nadajemy Bogu lub Bogom, teksty wybieranych modlitw, czy noszone na ciele symboliczne znaki określające przynależność do danej grupy wyznaniowej. Doświadczenia łaski i metafizycznej obecności doznają przecież buddyści, chrześcijanie, hindusi, świadkowie Jehowa, neopoganie wyznawcy Shinto, Dżinizmu czy jakiejkolwiek innej religii. Jedynie hipokryta mógłby stwierdzić, że jego Bóg jest lepszy od innych. Nie możemy również zaprzeczać politeizmowi. Jako katolicy uznajemy jednego Pana, jednak zwracamy się do Matki Boskiej, aniołów, plejady świętych, wzdrygając na myśl o ‚gospodarzach' czeluści piekielnych. Nie przeczymy więc w istnienie różnorodnych form bytów duchowych. Pośród wierzących odnajdujemy również osoby kultywujące zło. Bratanie się z ciemnymi mocami, sztuki magiczne, zaklęcia, orgie czy czary również pozwalają na przeżywanie i wyzwalanie określonych stanów. Dostąpienie tego ‚zaszczytu' możliwe jest dla wszystkich jedynie dzięki wierze, stanowiącej istotę duchowych, parapsychicznych zdolności pozwalających świadomie lub nieświadomie kontrolować ciało i umysł.

Potwierdzeniem stanowiska pozostaje niewyjaśnione, jednak uznane i dopuszczane w świecie nauki i medycyny zjawisko cudu samouzdrowienia. Ludzie powracający do zdrowia pomimo diagnozy nie pozostawiającej złudzeń, żyją. Znikają guzy, bezwładne nogi odzyskują siłę, a ślepe oczy znów cieszą się światłem. Nikt nie wie, dlaczego tylko nieliczni mogą powrócić do zdrowia. Niektórzy przypisują znaczenie określonemu miejscu, stąd coroczne pielgrzymki, czy specyfice kultywowania obrzędów. Cuda zaskakują

zwłaszcza uzdrowionego. Popularnością cieszą się także uzdrowiciele, uznanych za wysłanników Pana, którzy w istocie potrafią niejednokrotnie dokonać cudu. Badacze zajmujący się parapsychologią są jednak skłonni stwierdzić, że w każdym wypadku mamy do czynienia z jedną i tą samą siłą wyzwalaną na różne sposoby. Symbol w postaci przedmiotu czy też osoby, odpowiednia atmosfera pobudza uśpione siły podświadomości. Moc nazywana przez nas wiarą tkwi tym samym w każdym z nas, nie wszyscy potrafimy jednak ja rozbudzić.

Ateiści zaprzeczający istnieniu świata metafizycznego oraz znaczeniu wiary w Boga mogliby wysunąć całkiem logiczny kontrargument, wskazując na efekt działania placebo oraz cały szereg chorób o podłożu psychosomatycznym. Łatwiej jest przecież wyzdrowieć, gdy przyczynę latami powodowaliśmy sami. Wystarczy uświadomić sobie to, co dotąd było nieuświadomione i na nowo spojrzeć na siebie. Psychoterapia ciesząca się ogromnym zainteresowaniem w gruncie rzeczy bazuje właśnie na takim podejściu. Nerwice, lęki, przewlekłe bóle czy nałogi możemy z powodzeniem redukować przy pomocy psychiatry czy psychologa. Ateista w razie problemu na pewno skorzysta z tej opcji, uznaje przecież tylko to, co racjonalne, pokładając nadzieję we własnej wytrwałości i determinacji. Wierzący mają coś jeszcze – wiarę i poczucie wsparcia ‚z góry'. Odwzajemniona modlitwa często stanowi umocnienie w zdrowieniu, a nawet mniejsze lub większe zwroty natury duchowej. Umocnienia w wierze, w tym nawrócenia o tym charakterze są często bardzo spektakularne. Co ciekawe, w większości dotyczą osób deklarujących ateizm lub odwrócenie się od wyznania. Nawiązanie kontaktu ze światem metafizycznym możliwe jest również dzięki medytacji, jodze, sztuce zen czy na przykład hipnozie. Osoby wierzące skłaniają się ku poglądowi, że uwalniają się od bytu cielesnego, odczuwając stany astralne. Życie poza ciałem staje się wówczas równie realne, co materialna rzeczywistość, a wiara umocniona poprzez odczucie istnienia nowego wymiaru. Ateiści, racjonaliści i sceptycy uważają te formy za zwykłe ćwiczenia praktykowane na mistrzowskim poziomie, tudzież nie wykluczając ich pozytywnego wpływu na zdrowie.

Bez względu na ostateczne rozważania, które nie przechylają znacząco szali na korzyść żadnej ze stron, należy zauważyć, że wierzącym łatwiej znaleźć otuchę i sens w tym brutalnym świecie. W chwili gdy wyczerpią się ‚ziemskie metody' boska interwencja zdaje się jedyną nadzieją pozwalającą przeczekać i nabrać sił do działania. Znaczącym jest także, że ból i cierpienie w większości wyznań umożliwia łatwiejszy dostęp do rajskiego ogrodu. Ateiści mogą w tym zakresie liczyć tylko na siebie i sobie podobnych. Ich życie trwa do czasu wyznaczonego przez zegar biologiczny. Dalej nie ma nic. Śmierć jako koniec przeraża w tym kontekście chyba najbardziej. Wierzący uznaje, że oddzieli się jedynie od ciała, kontynuując zaś życie duchowe. Ateista natomiast, że jako kawał bezdusznego mięsa zostanie pożywką dla robaków. Ukształtowane tą droga podejście do życia nakazuje maksymalnie wykorzystać każdą z chwil, przeżyć ile tylko się da, obdarować potomnych, którzy mogą ocalić choć pamięć. Taka wewnętrzna motywacja pozwala odkrywać i kształtować swój potencjał ciężką pracą i samozaparciem, nie zaś oczekiwaniem na cud i duchowe wsparcie. Czy jednak wtedy to wszystko ma jakiś głębszy sens oprócz zapewnienia przetrwania gatunkowi? Większość z nas nigdy nie zapisze się w historii, odchodząc stopniowo w zapomnienie. W tym miejscu na usta cisną się słowa zapisane w księdze Koheleta: „*vanitas vanitatum, et omnia vanitas" - „marność nad marnościami i wszystko marność*". Codzienność i fizyczna rzeczywistość przemija bezpowrotnie, podobnie jak nasze ciała. Owiana mgłą tajemnicy sfera sacrum pozwala jednak wierzyć, że dusze bliskich przechadzają się tuż obok. Odczuć obezwładniającą skruchę, pochylającą na ścieżkach cmentarza i liczyć, że kiedyś w innym miejscu jeszcze się spotkamy…

Rozdział XIII: Początek – Koniec

„Nie ma końca. Nie ma początku. Jest tylko niezaspokojona pasja życia."

Federico Fellini

„Pochwalony niech będzie koniec, że jest początkiem I początek niech będzie pochwalony, że jest końcem."

Jacek Dehnel

„Każdy przecież początek to tylko ciąg dalszy, a księga zdarzeń zawsze otwarta w połowie."

Wisława Szymborska

„Świat nie miał początku i nie będzie miał końca. Ruch jest wieczny, tak jak i czas, który go mierzy; pojęcie teraźniejszości zawiera pojęcie przeszłości i przyszłości."

Arystoteles

Racjonalne rozumowanie nakazuje uznać, iż wszystko ma swój początek i koniec – egzystencja biologiczna, cykl życia produktu, biodegradacja, fazy ruchu obiektów w uniwersum, procesy chemiczne, przypływy i odpływy, ludzkie emocje, zjawiska pogodowe, ustroje polityczne i ekonomiczne, ... Wszystko jest jakąś formą energii, a ta nie powstaje samoistnie z niczego, lecz podlega konwersji. Każda jej postać gdzieś się zaczyna i gdzieś kończy, przy czym początek i koniec to ten sam punkt.

Jako że rozważania w tym rozdziale dotyczą treści naszego życia, tym radykalnym początkiem i końcem są narodziny i śmierć, jednakże w tej indywidualnej dla każdego z nas czasoprzestrzeni odnajdujemy mnóstwo epizodów i cykli rozpoczynających i kończących się zjawisk. Zaczynamy mówić, chodzić, czytać, jeździć na rowerze, szkoły, pracę, małżeństwo. Swój początek mają rozwój fizyczny, intelektualny, emocjonalny, a w nich tysiące cząstkowych

zdolności, umiejętności, dyspozycji. Nawet nie odwołując się do takich oczywistości, każdego dnia zaczynamy i inicjujemy coś nowego w wielu odsłonach. Codziennie też coś dobiega swojego zmierzchu, albo jakieś sprawy formalne osiągają swój kres, albo pewne stany zanikają, albo tez spotykamy kogoś po raz ostatni.

Niemowlęctwo, dzieciństwo, młodzieńczość, dorosłość, starość jako naturalne koleje cyklu biologicznego i społecznego. Każdy z nas ma inne w jakiejś mierze uwarunkowania i ograniczenia rozwojowe. Stanowią przygotowanie do wyższego etapu, gdzie postawione są dojrzalsze wymagania i odmienne zadania. Erikson wyróżnia 8 faz w cyklu życia człowieka, akcentując występujące w nich szanse i zagrożenia. Nakazuje on dwie przeciwstawne opcje rozwojowe, które wyznaczają dominujące dążenia główne. Spójrzmy.

Faza I, wyznaczana przez ufność lub jej brak: trwająca do pierwszego roku życia; to czas pozwalający oswoić się ze światem. Bliskość i zapewnienie poczucia bezpieczeństwa przez najbliższych opiekunów decyduje czy w dorastającym dziecku narodzi się ufność do otoczenia, przekładająca się na późniejsze relacje międzyludzkie.

Faza II, reprezentowana przez autonomię lub przeciwległy wstyd i zwątpienie: okres trwający do trzeciego roku życia, jest wyjątkowo owocny. Opanowanie takich czynności jak chodzenie czy otwarte wyrażanie sprzeciwu umożliwia wzrost poczucia ‘ja’. Nadmierna krytyka, brak zadowolenia otoczenia z pojawiających się osiągnięć dziecka powoduje wycofanie i poczucie wstydu. Zadowolenie z własnych dokonań potęguje wzrost poczucia samodzielności jako jednostki autonomicznej, odrębnej i niepowtarzalnej.

Faza III, jako inicjatywność lub poczucie winy: trwająca od trzeciego do piątego roku życia, zdominowana przez potrzebę działania, zaznaczania swej obecności i eksperymentowania. Zachęcanie do badania otoczenia, nagradzanie najmniejszych sukcesów pozwalają wytworzyć inicjatywność pobudzającą moc tworzenia. Karcenie, wyrażane niezadowolenie skutkują zastojem w działaniu, poczuciem winy, porzuceniem aktywności własnej.

Faza IV, określana przez produktywność lub kompleks niższości: przypadająca od szóstego do jedenastego roku życia. Nawarstwianie

zadań związanych z treningiem samodzielności, podjęcie nauki w szkole pozwala jednostce zasmakować przedsmaku dorosłości. Podkreślanie i umacnianie rosnącej potrzeby niezależności przełoży się w późniejszych latach na stosunek do pełnienia wszelkich obowiązków codziennych czy zawodowych. Blokowanie rozwoju, nadopiekuńczość czy ciągłe niezadowolenie z wykonywanych prac wpływa na wytworzenie poczucia niższości oraz lęku przed samodzielnością.

Faza V, jako tożsamość lub rozproszenie ról: datowana pomiędzy dwunastym a osiemnastym rokiem życia. Jeden z najdłuższych i najbardziej skomplikowanych etapów w życiu człowieka. Zmiany psychofizyczne oraz pojawienie się zdolności krytycznego myślenia nakazują poszukiwać własnej tożsamości i miejsca w świecie społecznym. Naturalne staje się negowanie postaw rodziców. Poszukiwanie błędów w ich zachowaniu ma na celu zaznaczenie własnej odrębności i uwolnienie się od nadmiernej kontroli. Wsparcie ze strony opiekunów, bazujące na zrozumieniu, umacnia budowane poczucie tożsamości, łagodnie wprowadzając w dorosłość. Znaczne napięcia, konflikty czy chęć sterowanie dorastającym człowiekiem doprowadzają do rozproszenia ról. Prezentacja ‘ja’ odbywa się tym samym poprzez identyfikowanie się z cechami określonej grupy.

Faza VI, wyznaczona przez intymność lub samotność: okres przypadający od dziewiętnastego aż do czterdziestego roku życia, wyznaczający dwa główne zadania: zbudowanie własnej komórki rodzinnej oraz odnalezienia miejsca w społeczeństwie. Dominującą potrzebą pozostaje intymność rozumiana jako nastawienia na ‘my’. Koncentracja na sobie, niezdolność do poświęceń i nawiązania wspólnoty w późniejszych latach skazuje na samotność o charakterze zewnętrznym lub wewnętrznym.

Faza VII, zdominowana przez twórczość lub stagnację: trwająca od czterdziestego pierwszego do sześćdziesiątego roku życia. Powodzenie we wcześniejszych etapach pozwala jednostce osiągnąć względną stabilizację oraz włączenie się w życie społeczne. Rozwój refleksyjności nakazuje oszacować dotychczasowy dorobek oraz zastanowić się jakie działania należy i można podjąć na rzecz

przyszłych pokoleń. Koncentracja na własnej osobie, rozwój podążający za potrzebami ‘ja’ prowadzi ostatecznie do poczucia bycia nieprzydatnym lub wzrostu wewnętrznych napięć wynikających z ciągłego poszukiwania obszarów zadowalania siebie.

Faza VIII, jako integracja lub rozpacz: mająca miejsce po sześćdziesiątym szóstym roku życia. Pogodzenie z nieuchronnym losem i zadowolenie z dotychczasowych dokonań pozwala odczuwać harmonijny spokój. Lub też ocena minionych lat w kategorii błędów i porażek napawa przerażeniem, doprowadzając do rozpaczy (w Jaworski 1992, str.54-55).

Przybliżenie przebiegu ludzkiego życia dowodzi współistnienia niespójnych potrzeb, postaw, czy wynikających z nich emocji i zachowań. Niemożność zaspokojenia ich w pełni podpowiada poszukiwanie innych możliwości adaptacji. Ciągłe narażanie się na frustrację nie sprzyja rozwojowi, blokując siły motywacyjne. Wyciszanie określonego etapu na rzecz zapoczątkowania dalszej ścieżki jest wpisane w egzystencję. Jeżeli zmiany mają przebieg względnie naturalny, nie wywołują znaczących napięć. Dorastanie umożliwiło nam odnalezienie nowych obszarów zadowolenia, bezpieczeństwa czy zainteresowań. Cyklicznie więc przechodzimy przez kolejne stadia, zamykając za sobą drogę powrotną, dzięki czemu możemy podążać do przodu, zgodnie z cyklem życia.

Niezdolność zaplanowania przyszłości oraz przygotowania się na wszelkie jej ewentualności sprawia, że wielokrotnie napotykamy sytuacje wysoce problemowe. Rozwód, śmierć najbliższych, wieloletnie bezrobocie, bezdomność, krytyczna utrata zdrowia, uzależnienie od alkoholu czy narkotyków dla wielu jest najgłębszą tragedią. Otchłanią rozpaczy, z której wydaje się nie być wyjścia. Jest to dramatyczny punkt zwrotny – początek nowej, ożywczej zmiany lub tylko koniec. Koniec rozumiany jako zatracenie się w bezradności, frustracjach, bolączkach i lękach, wyłączenie się z czynnego uczestnictwa w życiu. Zachwiana równowaga psychofizyczna prowadzi do psychicznej autoagresji, mechanizmy obronne formują twardy pancerz chroniący poczucie beznadziei. Bezustanne karmienie się przeświadczeniami typu ‘nie ma sensu’,

‘nie dam rady’, ‘jestem nieszczęśliwy’, czy ‘to już koniec’, ‘wszystko skończone’ pozwala rozrastać się kryzysowi. W takim momencie wizja śmierci wydaje się sprzymierzeńcem, końcem wszelkich cierpień. Zapewne wielu samobójców poszukiwało w jej ramionach uwolnienia od bólu codzienności. Jeżeli przyjmiemy, że martwi nie biorący czynnego udziału w życiu, nie czują, nie myślą, nie wiedzą, przyznamy, że ostatecznie odcięli się od problemów. Ich koniec wówczas nadaje początek jedynie procesowi rozkładu. Rozpacz, niezrozumienie, pytanie retoryczne ‘dlaczego ja’ latami będą dźwięczeć w sercach i uszach żon, mężów, rodziców, dziadków, dzieci czy sąsiadów.

Dramatyczne przeżycia nie muszą jednak oznaczać ostateczności. Koncentracja na odnalezieniu nowych możliwości w znacznym stopniu ułatwia dostosowanie się do nowych warunków. Blokady możliwe i niemożliwe do usunięcia znaczą tym samym jedynie pole manewru. Odrzucenie pesymistycznego, krytycznego nastawienia odbywa się indywidualnie dla danej jednostki. Metoda małych kroków pozwala natomiast uczyć się na nowo czerpać zadowolenie i motywację z własnych, często efemerycznych jeszcze i niezauważalnych dokonań. Odczuwalna powolność procesów adaptacyjnych odzwierciedla najczęściej głębokość kryzysu oraz stopień, w jakim odmienił on dotychczasowe życie. Przecież nie można oczekiwać, że człowiek, który stracił pracę obudzi się następnego dnia pełen wigoru, a dowiadujący się o nieuleczalnej chorobie pacjent z uśmiechem wybiegnie z lekarskiego gabinetu. Ale każde poczucie końca jest jednocześnie potencjalnym początkiem oderwania się od tragedii lub miażdżącego problemu. Utrata pracy jest szansą na zawodową reorientację i efektywne przekwalifikowanie się, kryzys – sposobnością na wgląd w jego przyczyny, ich zrozumienie i uchronienie się przed kolejną jego falą, porażka – zalążkiem sukcesu, oblany egzamin – wyzwaniem wymagającym pogłębienia wiedzy, choroba – drogą do refleksji i empatii.

Siła woli oraz pragnienie istnienia powodują, że z powodzeniem można zaadaptować się do każdej nowej sytuacji. Chwila załamania, owocująca bolesnymi wspomnieniami wyznacza wtedy jedynie zakończenie pewnego etapu, będącego zarazem początkiem

otwierającym nowy rozdział. Bocznicą kierującą na nieznaną jeszcze stację na trasie życia. Warto tu wspomnieć o kilku naprawdę wyjątkowych osobach, które inspirują swoją postawą i wywierają wpływ na świadomość mas.

Jednym z niedoścignionych bohaterów z pewnością pozostaje Stephen Hawking. Odznaczony Orderem Imperium Brytyjskiego i Medalem Wolności członek Royal Society oraz Papieskiej Akademii Nauk, genialny astrofizyk, kosmolog i fizyk teoretyk. Współodkrywca promieniowania czarnych dziur, noszącego dziś nazwę od jego nazwiska, autor bestsellera i profesor uniwersytecki. Znaczące dokonania w świecie nauki nabierają zaskakującego znaczenia, gdy dowiadujemy się, że Hawking od 21 roku życia boryka się ze stwardnieniem zanikowym bocznym, neurodegeneracyjną chorobą doprowadzającą do całkowitego paraliżu, skazującą na uwięzienie we własnym ciele męką, która najczęściej zabija w kilka lat. Hawking, pomimo kryzysu popychającego go w kierunku alkoholu, nie poddał się nigdy. Jest człowiekiem, który ponad czterdzieści lat wymyka się z ram logicznego rozumienia. Stopniowo tracąc władzę nad ciałem, rozwija swą karierę zawodową. Człowiek, całkowicie zależny od innych, porozumiewający się za pomocą maszyny rejestrującej ruchy policzka dowodzi, że koniec ma różne oblicza i niekoniecznie jest końcem.

Równie imponujące przykłady możemy odnaleźć w kręgu polskich osobistości. Rafał Wilk zdobył złoty medal podczas paraolimpiady w Londynie, jeżdżąc na rowerze z ręcznym napędem. Do czasu tragicznego wypadku w 2006 roku odnosił sukcesy w żużlu, ciesząc się siłą i sprawnością całego ciała. Gdy nogi odmówiły posłuszeństwa, nie porzucił jednak nadziei. Zamknął za sobą dotychczasowy rozdział w karierze sportowej i odnalazł inną przestrzeń, w której spełnia marzenia, uzyskując niewiarygodne wyniki.

Podobny dramat dotknął byłej wokalistki zespołu Varius Manx, Moniki Kuszyńskiej. Wypadek skazujący na wózek inwalidzki nie odebrał jej nadziei na pełne wyzdrowienie. Obecny stan, traktowany jako chwilowy przystanek, nie przeszkadza w realizacji planów muzycznych. Wydanie kolejnych płyt i czynne uczestnictwo w życiu dowodzi determinacji. Poza tym przed artystką otworzyły się nowe

nieznane dotąd możliwości, występuje w roli ambasadorki kampanii społecznej Sekrety Życia. Promuje również nowy sposób postrzegania siebie i własnego piękna reklamując rajstopy. Wspomnieć można również o Mariuszu Mączce, który jak setki osób nie mogących określać otoczenia przy pomocy rąk, maluje ustami. Arcydzieła, których większość sprawnych nie wykonałaby tak profesjonalnie powstają dzięki kunsztowi i sile mimiki. Podobnych 'wyczynów' dokonują inni przy pomocy stóp. Wykorzystanie istniejących zasobów pozwala w maksymalnym stopniu uruchomić nowe możliwości rozwoju, pomimo swego rodzaju końca.

Niektórzy wysuwają hipotezy, mówiące iż osoby rodzące się z określoną ułomnością nie odczuwają znaczącego dyskomfortu. Ich świat od początku wyznaczają bowiem określone ramy uznane za naturalne. Podobnież uważa się, że czas oferowany przez los na oswojenie się z chorobą, kalectwem czy reorganizacją codzienności ułatwia adaptację i nabywanie nowych umiejętności. Instynkt samozachowawczy ma być tym samym najsilniejszym motywatorem, dopingującym wolę życia, bez względu na przeciwności. Sprawić, aby koniec stał się początkiem można nawet wtedy, gdy nieuchronna śmierć zbliża się w zastraszającym tempie lub z zaskoczenia. Wykorzystać do maksimum pozostały czas, emocje, myśli, spostrzeżenia, nadzieje.

Wzruszający przykład odnajdujemy w życiu Agaty Mróz-Olszewskiej, wybitnej polskiej siatkarki. Widmo tragedii nie przeszkodziło jej nawet na moment uwierzyć, że warto walczyć o siebie i córkę. Otwarcie mówić o problemie, zapoczątkowując zainteresowanie społeczne. Przegrana z chorobą ucinającą linię życia otworzyła na oścież ludzkie serca i umysły. Wspomnienia podczas cyklicznych moratoriów, pamiątkowe tablice czy cykl odznaczeń stanowią uhonorowanie pamięci drążącej ponadczasowe tunele. Nie mniej wielkie zasługi ma na swoim koncie Magda Prokopowicz. Zmarła po długiej i ciężkiej walce z rakiem, założycielka Fundacji Rackn Roll. Jako człowiek dowiodła, że można oprzeć się rozpaczy i przerażeniu oraz odwrócić rolę choroby, czyniąc ją sprzymierzeńcem czegoś naprawdę wyjątkowego. Początkiem nadziei, wiary i zjednoczenia mogącego połączyć w najważniejszej

walce. Łamiąc stereotypy na temat życia z rakiem urodziła zdrowego syna i nie zatraciła kobiecości. Uczyła i uczy nadal jak pokochać siebie w nowym wydaniu, czerpać radość na przekór wszystkim i wszystkiemu.

Warto przytoczyć również zgoła odmienny przykład – Marka Kotańskiego, psychologa, terapeuty, czynnego działacza na rzecz walki ze zjawiskiem uzależnienia, założyciela Monaru i Markotu. Czynnego działacza społecznego, nie bojącego się wypowiadać słów budzących sprzeciw, walczącego o wszystkich skreślonych przez społeczeństwo. Zwyczajnego sierpniowego dnia, bez uprzedzenia, tragiczny wypadek wieńczy doczesne życie Kotańskiego, stawiając pod znakiem zapytania dalszy los jego podopiecznych. Moment wydający się końcem wyznacza jednak ciąg dalszych zdarzeń. Poruszeni stworzonym dziełem nie pozwalają bowiem zmarnować bezcennego dorobku, starając się kontynuować wyznaczony plan zgodnie z wolą zmarłego.

Pamiątkowe tablice, pomniki, rocznicowe wspominki czy cykliczne spotkania rodziny, przyjaciół i znajomych stanowią symbol niezłomności istnienia. Ludzie od zawsze odpierają ostateczność, czując w głębi duszy ciepło nieskończoności, która zresztą stała się podwaliną teorii odnajdującej swe zastosowanie w matematyce oraz odwzorowującej ją koncepcji wieczności. Biblijny Bóg mówi przecież „*jam Alfa i Omega, Pierwszy i Ostatni, Początek i Koniec*". Symbole pierwszej i ostatniej litery alfabetu greckiego wyznaczają kierunek filozofii, zgodnie z którą koniec zawsze jest początkiem, początek natomiast końcem.

Ktoś może stwierdzić, że zaprezentowane przykłady nie odnoszą się jakkolwiek do codziennego, prozaicznego życia. Przeciętny człowiek nie ma przecież możliwości nagłośnienia własnego dramatu. Przebicie się do publicznej wiadomości graniczy z cudem, a jedyny pomnik na jaki można liczyć to granitowy nagrobek. Status społeczny oraz określone środki materialne także uszczuplają zasoby ewentualnych możliwości w obliczu tragedii. Trudno przecież nawet wyobrazić sobie możliwości, gdy brakuje na zakup wózka inwalidzkiego, leków czy wizyty u specjalistów lub chociaż

rozpoczęcie wszystkiego od nowa po rozwodzie. Pozostaje samodzielna walka z przebijaniem kolejnych murów, która udaje się nielicznym. Potwierdzeniem są setki tysięcy chorych, niepełnosprawnych i przeżywających osobiste dramaty członków społeczeństwa, mogących jedynie marzyć o poprawie sytuacji.

W swym życiu bez przerwy odwołujemy się do terminologii końca i początku, pragnąc obrać nowy kierunek myślenia, rozwoju czy działania. Chcąc odciąć się od dotychczasowości, wyznaczamy swoiste graniczne daty ‘od nowego roku rzucę palenie’, ‘od jutra rozpocznę dietę’, ‘zacznę oszczędzać’, ‘uprawiać sport’. Najpopularniejszym okresem owocującym w podobne założenia jest zbliżający się koniec roku, gdyż postanowienia noworoczne stanowią rodzaj bilansu zysków i strat. Odgrodzenie się się od określonych emocji, miejsc, osób czy sytuacji umożliwia modyfikację postaw. Kończymy szkoły, podejmujemy pracę, zakochujemy się i odkochujemy, zmieniamy sposób ubierania, przewartościowujemy własne priorytety. Wpływamy bezustannie na życie własne i innych, będąc częścią szerszej grupy społecznej. Świadomość istnienia tych dwóch splecionych ze sobą granic, którymi są początek i koniec, ułatwia optymistyczne spojrzenie na wszelkie przemiany w naszym życiu, rodząc uzasadnioną nadzieję, że z każdej sytuacji odczuwanej jako przykry koniec z czasem może narodzić się coś nowego, może lepszego.

Bibliografia

- Bambol M,, Dąbrowska A., Czas wolny. Konsument, rynek, marketing, Warszawa: LIBER, 2003
- Berne Eric, Dzień dobry ... i co dalej, Rebis Dom Wydawniczy, 2005
- Bullock Alan, Hitler i Stalin, Warszawa: Państwowy Instytut Wydawniczy, Wydawnictwo Bellona, 1994, tom 1
- Cekiera Czesław M., Rozwój ku wyższym wartościom profilaktyką uzależnień, Zakroczym: Ośrodek Apostolstwa Trzeźwości, 1993
- Cialdini Robert B., Wywieranie wpływu na ludzi. Teoria i praktyka, Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2004
- Hamer Dean, Copeland Peter, Geny a charakter. Jak sobie radzić z genetycznym dziedzictwem?, Warszawa: Wydawnictwo CiS, 1999
- Jankowiak Agata, Czas wolny i jego znaczenie dla zdrowia jednostki, http://www.psychologiczne-testy.pl/czas-wolny-i-jego-znaczenie-dla-zdrowia-jednostki.html
- Jankowiak Agata, Krupiński Ryszard, Słownik psychologiczny. Leksykon ludzkich zachowań, Konin: Psychoskok 2012
- Jaworski R., „Rozwój charakteru według koncepcji E. Eriksona", w: Wykłady z psychologii w Katolickim Uniwersytecie Lubelskim, Lublin 1992, T. 6, s. 54-55.
- Jung B.H., O czasie wolnym. Kultura i rekreacja w procesach rozwoju społeczno - gospodarczego, Warszawa: SGPiS, 1987
- Kozielecki Józef, Koncepcje psychologiczne człowieka, Warszawa: Wydawnictwo Akademickie Żak, 1998
- Krupiński Ryszard, Rozwój osobisty kluczem do sukcesu, Poligraf, 2011
- Krupiński Ryszard, Rozwój osobisty. Medytacje terapeutyczne, Konin: Psychoskok 2011
- Lombardi Vince, Reguły Lombardiego. 26 recept wybitnego coacha, Warszawa: Wydawnictwo Studio EMKA, 2005

- Matczak Anna, Zarys psychologii rozwoju. Podręcznik dla nauczycieli, Warszawa: Wydawnictwo Akademickie Żak, 2003
- Obuchowski Kazimierz, Galaktyka potrzeb. Psychologia dążeń ludzkich, Poznań: Zysk i S-ka, 2000
- Oleś Piotr K., Wprowadzenie do psychologii osobowości, Warszawa: Wydawnictwo Naukowe Scholar, 2003
- Półturzycki Józef, Dydaktyka dla nauczycieli, Płock 2002
- Stanisławiak Ewa (red.), Wybrane problemy psychologii społecznej, Warszawa: Wyższa Szkoła Pedagogiczna TWP, 2004
- Świda Hanna [red.], Młodzież a wartości, Warszawa 1979
- Tracy Brian, Plan lotu. Prawdziwy sekret sukcesu, Warszawa: MT Biznes Sp.z.o.o, 2008
- Woydyłło Ewa, Buty szczęścia, Kraków: Wydawnictwo Literackie, 2010

SPIS TREŚCI

Słowo wstępne

Rozdział I: Jezus Chrystus – Adolf Hitler

Rozdział II: Sens życia – wprowadzenie w przestrzeń dążeń

Rozdział III: Formowanie dążeń. Czynniki wpływu

Rozdział IV: Promenada dążeń

Rozdział V: Ja społeczne – Ja autonomiczne

Rozdział VI: Ja silny – Ja słaby

Rozdział VII: Sukces – Porażka

Rozdział VIII: Aktywizm – Pasywizm

Rozdział IX: Dominacja – Uległość

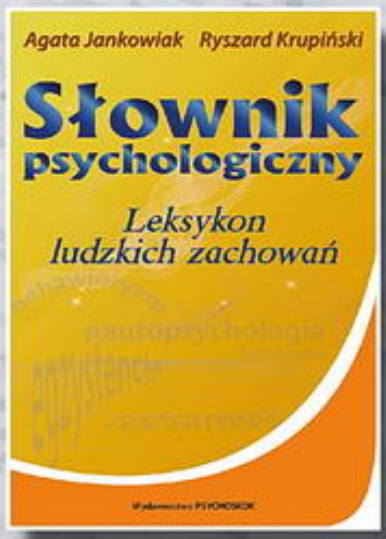
Rozdział X: Być – Mieć

Rozdział XI: Pycha – Pokora

Rozdział XII: Wiara – Ateizm

Rozdział XIII: Początek – Koniec

POZOSTAŁE KSIĄŻKI AUTORA



ISBN 978-83-63548-23-0

Wydawnictwo
PSYCHOSKOK